

# બાળકની માવજત

અને

ફળવણી.

---

રૂપાનમ કલ્હાનજી ગાંધી

લુનાગઢ

૫૪૬-૧૧,

નાગરામ પુરુષોત્તમ ગાંધી

સોંબળી.

---

ક્રીમન ર. ૧ - ૮-૭

# ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ ગુજરાતી કૉપીરાયિટ વિભાગ ]

અનુક્રમાંક ૮૧૪૩ વર્ગિક

પુસ્તકનું નામ કાવ્યકાવ્ય નાવના અને

કેવલકાવ્ય

વિષય ૩૬૬

# બાળકની માવજત

અને  
કેળવણી.

કર્તા,  
પુરુષોત્તમ કહાનજી ગાંધી

જીનાગઢ.

પ્રસિધ્ધ કર્તા  
નાગરદાસ પુરુષોત્તમ ગાંધી  
લીંબડી.

સંવત ૧૯૭૫

સને ૧૯૧૯

આપુસ્તક સને ૧૯૬૭ ના રૂપ મા આકટ પ્રમાણે રજીસ્ટર  
કરાવેલ છે માંતે કર્તાની રજા સિવાય કોઈએ બાપવું  
અગર બાપવું નહિ.

આવૃત્તી પહેલી.

નકલ ૧૦૦૦.

કીંમત રૂ. ૧-૪-૦

ગુજરાત વિધાપીઠ ગ્રંથાલય  
અમદાવાદ  
ગુજરાતી કોપીરાઈટ-સંગ્રહ

૮૧૪૩

---

પૃ. ૧ થી પૃ. ૩૬૪ સુધી વડવાણ કુરુપ મધે-ધી જશવંતસિંહ રાજલક્ષ્મી  
સ્ટીમ પ્રિન્ટિંગ પ્રેસમાં ભુદરદાસ ગણેશજી દુબળે અને પ્રથમ  
ટાઈપલનાં ૧૬ પૃષ્ઠ ધી અમરસિંહજી પ્રિન્ટિંગ પ્રેસ અમદાવાદમાં  
પઠાણુ નુરખાન અમીરખાન વકીલે છાપ્યાં.

---



## ઉપોદ્ધાતરૂપે એ બોલ.

કેળવણીના પ્રસિદ્ધ હિમાયતી મિ. ક્રોમેલ કહે છે કે બાળક ત્રણ વરસનું થાય સારથી તેની કેળવણી શરૂ થાય છે, અને તેના એ સિદ્ધાંતને અવલંબીને તેણે કેળવણીની કિન્ડર ગાર્ટન પદ્ધતિ યોજી છે. અરં જોતાં બાળકની કેળવણી તેના જન્મ સાથેજ શરૂ થાય છે. આપણામાં એક સાદી કહેણી છે કે બાળકને ઉછેરી મોટું કરવું એ ‘કાચા નીલાડા પકવવા’ જેવું છે. તેની યોગ્ય માવજત એ બાળકની જીંદગીનો મહત્વનો પ્રશ્ન છે કે જેના ઉપર તેના આરોગ્ય ને તેની શારીરિક સંપત્તિનો પાયો રચાયેલો હોય છે, અને આગળ વધતાં તેની ‘કેળવણીનું’ મંડાલ થાય છે, દુર્ભાગ્યે આપણો સ્ત્રી વર્ગ બહુધા અભણ અને માવજતના સંસ્કારી નિયમોથી અજાત હોય છે, એટલુંજ નહિ, પણ પુરુષવર્ગ પણ બુદ્ધિ પૂર્વક વિચાર કરી એ નિયમોના પરિપાલનથી થતા અલબ્ધ લાભો પોતાનાં બાળકોને આપી શકતો નથી. પોતાનાં બાળકો હૃદયપુષ્ટ, આનંદી, ઉત્સાહી, હિંમતવાન, બુદ્ધિશાળી ને સંસ્કારી થાય એવું દરેક માઆપ ઇચ્છે છે, પણ તેમને તેવાં બનાવવા તરફ કેટલાં માઆપોએ યથાર્થ પ્રયત્ન કર્યા હશે ? તેમને ખવડાવવા પીવડાવવામાં, સુવાડવા બેસાડવામાં નહવડાવવા ધોવડાવવામાં, પહેરાવવા ઓઢાડવામાં, બોલવા ચાલવામાં, રમતગમતમાં અને તેમની ટેવો ઘડવામાં શું શું ઇચ્છ છે એ વાત પર કેટલાં માઆપોએ સંસ્કારી વિચારો દોડાવ્યા હશે ? અને તેના નિયમો શોધી કાઢવા તરફ, તથા બાળકોના કુદરતી સ્વભાવ અને વળણોનું નિરીક્ષણ કરી તેમને સંસ્કારવાળાં બનાવવા તરફ કેટલાંએ પોતાની બુદ્ધિનો ઘટતો વ્યય કર્યો હશે ?

બાળ સ્વભાવનાં સાદાં સુત્રો ધણાં ખરાં આપણને સુવિદિત હોય છે, પણ તેમાંનાં ક્યાં ક્યાં આદરણીય કે કેળવવા યોગ્ય છે, અને ક્યાં ક્યાં વર્જવા કે તિરસ્કાર કરવાને પાત્ર છે, અને તેથી ક્યાં ઇષ્ટ કે અનિષ્ટ પરિણામો ઉદ્ભવે છે તેનું સમજી ને કેળવાયેલાં માળાપોએ લક્ષ્યપૂર્વક અને ઘટતી કાળજીથી અધ્યયન કરવું ઘટે છે. સુધરેલા અને દુનિઆમાં આગળ પડતા દેશોમાં આ બાબત દેશોનતિમાટે જોટલી મહત્ત્વની ગણવામાં આવે છે, તેટલી બીજી બાબત ભાગ્યેજ ગણાતી હશે.

સૃષ્ટિરચનામાં જેમ દરેક મનુષ્યની મુખાકૃતિ એકસરખી રાખી નથી, પણ ભિન્ન ભિન્ન રાખવામાં આવી છે, તેમ તેમનાં સ્વભાવ ને લક્ષણો પણ ભિન્ન ભિન્ન દ્રષ્ટિગોચર થાય છે, તદ્વપિ સધળાને ઇન્દ્રિયો ને અવયવો એકસરખી રીતે આપી એકજ વર્ગમાં મૂકવામાં આવ્યાં છે, તેવીજ રીતે દરેક બાળક ભિન્ન ભિન્ન લક્ષણોવાળું ને શારીરિક સંપત્તિવાળું ધડાએણું હોઈ તેની માવજત અને કેળવણીના સધળા નિયમો દરેકને એક સરખી રીતે લાગુ પાડી શકાતા નથી, પરંતુ સામાન્યતઃ તે બધા ઉપયોગી ને આવકારદાયક થઈ પડે છે, આ સામાન્ય સિધ્ધાંતને ધ્યાનમાં રાખી પુસ્તકરૂપે તેમને એકઠાં કરવામાં આવ્યા છે. કેળવાયેલા માળાપે તે વાંચીને હરહમેશ તેમને પોતાની નજર આગળ રાખે, અને અભણ તથા અશિક્ષિત વગને તેનું ભાન કરાવે તો આપણી ગુર્જરી પ્રજાને લાભ થાય એ આ પુસ્તકનો હેતુ છે. ખાસ કરીને આવા પ્રકારનું વાંચન આપણા સ્ત્રી વર્ગમાં છુટતી થાય એ વાત લક્ષમાં રાખી અંચકર્તાએ તેની ભાષા બની શકે તેટલી સાદી ને સહેલી રાખવા યત્ન કર્યો છે.

આ પુસ્તકના લેખક બાળ સ્વભાવના લક્ષ્યપૂર્વક અવલોકન કરનાર હતા, અને મહાન વિદ્વાનો તથા કેળવણીકારોના તત્સંબંધે લખાયેલા પુસ્તકોના ઉંડા અભ્યાસી હતા, તેવાં પુસ્તકોનું વિશાળ વાંચન અને મનન

એ તેમનો પ્રિય વિષય હતો. તેથી ગુજરાતી પ્રજાના હાથમાં એવું એક સામાન્ય વિચારોવાળું સાદી ભાષામાં લખાયેલું પુસ્તક મુકી જવાની તેમની પ્રયત્ન ઉત્સુકતા હતી. પોતાની જીંદગીના છેવટના ભાગમાં પણ એ ઇચ્છા બર આવેલી જોઈ તેમને સંતોષ થયો હતો, પરંતુ આખું પુસ્તક છપાઈ રહ્યા પછી અને પ્રસ્તાવના લખતા પહેલાં તેમનો સ્વર્ગવાસ થવાથી પુસ્તકનો ખરો આશય યોગ્ય ઇતિહાસમાં સમજાવવાની ખરી તક તો ગઈ છે. તો પણ પુસ્તક પોતે પોતાનો આશય વાચક વર્ગને બતાવી આપશે એમ ગણી વિરામવું પડે છે.

ઉપરોક્ત કારણને લઈ આ પુસ્તક પ્રકટ કરવામાં થયેલી દીલને માટે પુસ્તકના અગાઉથી થયેલા ગ્રાહકો ક્ષમા આપશે એમ આશા રાખવામાં આવે છે.



## અભિપ્રાય.

સ્વર્ગસ્થ રા. પુરુષોત્તમ કહાનજી ગાંધી સાથેનો મ્હારો સંબંધ ઘણોજ ગાઢ અને નિકટ તથા લગલગ પચીશ વર્ષ જેટલો લાંબો છતાં તેમણે આ માળાપોને સૂચના આપનાર પુસ્તક લખ્યાનું મ્હારા જાણવામાં છેક, હમણાંજ આવ્યું એ મ્હને પણ જરા આશ્ચર્ય જેવું લાગે છે. અમારે અમુક વર્ષ સાથેજ કામ કરવાનું હતું. પવિત્ર ગિરનારની તળેટીથી તેનાં શિખરો સુધી કાળા પત્થરનાં પગથીયાની સીડી બાંધવાના કામ માટે નાણાં મેળવવાની યોજનામાં સેક્રેટરી તરીકે અમારી બંનેની નિમણૂક થયેલી હતી તેથી તેમના સ્વલાવનો તથા તેમની રહેણી કરણીનો મ્હને ઘણોજ સારો અનુભવ થયેલો છે તે ઉપરથી હું કહી શકું છું કે તેમના જેવા પ્રમાણિક, ઉદ્ધાંગી અને કાળજી, ખંત તથા એકનિષ્ઠાથી કામ કરનારા થોડાજ મળી આવે છે. ગિરનાર સંબંધે કાર્યમાં જોડાતા પહેલાં પણ તેમનું નામ મ્હને એક પ્રસિદ્ધ લેખક તરીકે સારી રીતે સાંભળ્યું હતું અને તેમનાં કેટલાંક પુસ્તકો મ્હારા જોવામાં પણ આવ્યાં હતાં, તેમણે પોતાનો અભ્યાસ નિરંતર ચાલુજ રાખ્યો હતો અને વ્યવસાય છતાં પણ અવકાશ મેળવી પોતાનો સાહિત્ય પ્રેમ તેઓ સતત જગૃત રાખતા.

પ્રસ્તુત વિષયને સંબંધે એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે બાળકોની માવજત કેમ કરવી ને તેમને કેમ ઉછેરવાં તથા નાનપણથી જ્ઞાન કેમ સંપાદન કરાવવું એ વિશેની રા. ગાંધીમી માહિતી ઘણાજ ઉંચા પ્રકારની હતી. એવું સિદ્ધ કરવા માટે તેમના જ્યેષ્ઠ પુત્ર રા. નાગરદારનુંજ દ્રષ્ટાંત પુરતું છે, તેમનાં જેવી ઉંચી ફળવણી અહીં તેમજ ઇંગ્લાંડમાં રહીને મેળવી આવનાર યુવકો હાલ વિરલજ છે, અને તેવી રીતે નામના મેળવવાને તેઓ સક્તિમાન થયા તેનો યશ પ્રથમ દરજ્જે તેમના પિતાનેજ છે.

આ પુસ્તક ઉપરથી જોઈ જનારને પણ એમ લાગ્યા વિના નહિ રહે કે માળાપોએ બાળકોને નિરાંગી, સખળ તથા સદ્બુદ્ધિવાળાં

ખનાવવા માટે જે જે બાબતો ઉપર ધ્યાન આપવાની જરૂર છે તે સર્વે તેમાં ઘણીજ સરલ ભાષામાં વર્ણવવામાં આવી છે ને તેથી આપણી આધુનિક ગૃહિણીઓ પણ તેનો લાભ મેળવે શકે તેમ છે. બાળકોને ઉછેરવામાં માતાએ તેમજ પિતાએ અને સારી સંભાળ રાખવાની છે અને તેમાંના એકનેજ માથે જે તે કામ રાખવામાં આવે તો તે મેળવે શકે નહિ. માતાનું ગૃહવ્યવસ્થાનું કામ એટલું બધું જોખમભરેલું છે કે તેમાંજ તેનો ઘણો કાળ વ્યતીત થાય છે, તેમાં વળી બાળકની પ્રકૃતિ અસ્વસ્થ હોય ત્યારે તો તેના શ્રમનું પુછવુંજ શું ? આવે સમયે પિતાએ પણ તે શ્રમમાં ભાગ લઈને તેને આરામ આપવો ઘટે છે. તે વિના ગૃહસ્ત્રમાં પણ મેળવે શકે નહિ. બાળકો ભવિષ્યની પ્રજાનાં બીજરૂપ હોવાથી તેમના સંવર્ધન માટે જેટલી કાળજી રખાય તેટલી સમસ્ત દેશના હિતને માટેજ છે, અને જે દેશમાં આ પ્રમાણે વિશેષ કાળજી રાખવામાં આવે છે ત્યાંની પ્રજા આપણા કરતાં કેટલી આગળ વધતી છે તે આપણે પ્રત્યક્ષ જોઈએ છીએ તેથી સ્વદેશની ઉન્નતિ અને પ્રગતિ માટે પણ તેની ભાવી પ્રજાને સંભાળથી પાળી પોષીને મોટી કરવાનો તથા તેને સર્વ દુર્ગુણથી દૂર રાખી સન્માર્ગે પ્રવૃત્ત કરાવવાનો આપણો ધર્મ છે તે અનુસાર વર્તન કરવાનો બોધ આવાં પુસ્તકોદ્વારા સરળતાથી મળી શકે છે તેથી આશા રાખવામાં આવે છે કે, વાચક વર્ગ આ અતિ ઉપયોગી ગ્રંથને વધાવી લેશે ને તેના સહાયથી એક પણ બાળકનું હિત સધાશે તથા તે પોતાના કુળની અને દેશની ખ્યાતિમાં વૃદ્ધિ કરનાર નીવડશે તો આપણા ગ્રંથકર્તાનો પરિશ્રમ સફળ થયો મનાશે.

દ્વિશર નામના વિદ્વાન લખે છે કે બાળકને કેળવણી આપનારે પોતેજ પરિપૂર્ણ રીતે સરલ અને સ્વાભાવિક વર્તન રાખવાની આવશ્યકતા છે, બાળકોમાં ગુપ્ત શક્તિ એવી રહેલી છે કે તેઓ ગુરુ જનના

મનની સત્વર પરીક્ષા કરી શકે છે અને તેઓ જરાપણ દોંગ કરવા જાય તો તે ઓળખી કાઢે છે.

વળી બાળકોને કેળવવામાં માતાપિતાએ તેમજ ગુરુઓએ એટલી કાળજી રાખવાની જરૂર છે કે જે વિશયનું તેમને જ્ઞાન આપવું હોય તે તેમને રચિતર થઇ પડે એવા રૂપમાં તેમના પાસે મુકવે કે જેથી તેઓને આનંદ સાથે બોધ મળે. બાળકો હસતાં રમતાં જાય અને ગમત કરતાં હોય તેવી સ્થિતિમાં તેમને દેવાનો બોધ વિશેષ હૃદયગ્રાહી નોવડે છે શિક્ષકનું પોતાનું સર્વથી અગત્યનું કામ એ છે કે વિદ્યાર્થીઓને રસ કેમ ઉપજે તે જાણવું. તેમને કંટાળો આવે એવી રીતે જે કંઈ કહેવામાં આવે તે તેમના મગજ ઉપર અસર કરી શકતું નથી.

વળી બાળકોમાં જિજ્ઞાસા રૂપી પ્રભુની પ્રસાદી વિશેષ હોય છે, તેને તૃપ્ત કરવી એ પણ શિક્ષકનું કર્તવ્ય છે. જે કંઈ પ્રશ્નો તેઓ પુછે તેનો ઉત્તર બનતાં સુધી તેમને સંતોષકારક મળે એવી ગોઠવણ થવી જોઈએ. તેમને પ્રશ્ન કરતા રોકી દેવાં એ તેમની બુદ્ધિનો વિકાસ બંધ પાડવા બરાબર છે. આવું રસિક શિક્ષણ આપવાને શક્તિમાન થવા માટે માતાપિતાએ તેમજ શિક્ષકોએ પોતે સાહિત્યના પ્રેમી થવું જોઈએ. પ્રતિદિવસ નવું નવું જાણવામાં આવે તોજ બાળકને તે સમજાવી તેમના જિજ્ઞાસા તૃપ્ત કરી શકાય. શિક્ષકના કરતાં બાળક નાનું છે તેથી તેની બુદ્ધિ પણ પોતાના કરતાં ઉતરતી છે એવી માન્યતા જો કાઢી શિક્ષક રાખતો હોય તો તે જૂલ બરેલું છે. ભાવિ પ્રજામાં આજનું બાળક કેવી પ્રગતિ પામશે અને કેવો “વેશ” લજવશે તે આજથી કંઈ કળી શકાતું નથી માટે તેના નૈસર્ગિક મનો-બળને માન આપીને સર્વેએ વર્તવાની અપેક્ષા રહે છે. આપણને ઐતિહાસિક વૃતાન્તોની ચાર તારીઓ આવડતી હોય ને બાળકને ન આવડતી હોય તેથી તેનું મગજ

આપણા કરતાં ઉતરતું માનવું એ મૂર્ખાઈ છે. ઘણે અંશે તો તેથી વિપરીતજ હોય છે.

આ સિદ્ધાંતો સર્વ-માન્ય છે અને તેને અનુસરીને જે માતાપિતા પોતાનાં બાળકોને અચપણથીજ ઉછેરવાનું ધ્યાનમાં રાખશે તેઓ તેનાં વાસ્તવિક હિત કર્તા થઈ પડશે.

રા. પુરુષોત્તમલાઈની ઘણી સુચનાઓ આવીજ ઉપયોગી છે તેથી વાચકોને લાલકારક થઈ પડશેજ એવી હું આશા રાખું છું.

જીનામઠ તા. ૨૨ મી જાન્યુઆરી ૧૯૧૯.

છગનલાલ હરિલાલ.







# અનુક્રમણિકા.

વિષયનું નામ.

પૃષ્ઠાંક.

અચ્યુત	...	...	...	...	...	...	૧
ઉંધ	...	...	...	...	...	...	૮
હવા	...	...	...	...	...	...	૧૪
સ્તનપાન	...	...	...	...	...	...	૧૯
અવાચક અચ્ચાંના રડવાના કેટલાક કારણો...	...	...	...	...	...	...	૨૯
દૂધ	...	...	...	...	...	...	૩૧
પાણી	...	...	...	...	...	...	૩૫
સૂર્યનો પ્રકાશ—અજવાળું	...	...	...	...	...	...	૩૬
અકીણુ મિશ્રિત બાળાગોળી	...	...	...	...	...	...	૩૮
દાંત	...	...	...	...	...	...	૪૦
ખેસતાં, ઊભા રહેતાં તથા ચાલતા શીખવું...	...	...	...	...	...	...	૪૪
ખેલતાં શીખવું	...	...	...	...	...	...	૪૬
ટેવ	...	...	...	...	...	...	૪૮
વજન અને ઉંચાઇ	...	...	...	...	...	...	૫૨
અચ્ચાંઓનાં નાનપણમાં મરણ	...	...	...	...	...	...	૫૪
ચેપી રોગ	...	...	...	...	...	...	૫૬
ગૌશિતળા	...	...	...	...	...	...	૫૮
ઓસડ વેસડ	...	:	...	...	...	...	૬૧
ખોરાક	...	...	...	...	...	...	૬૩

વિષયકું નામ.					પૃષ્ઠાક.
ફળ (કુટ) લીલો ને સૂકો મેવો ...	...	...	...	...	૬૬
જમવું ...	...	...	...	...	૭૧
રમકડાં ...	...	...	...	...	૭૫
રમત ...	...	...	...	...	૭૭
કસરત ...	...	...	...	...	૮૩
કાન, નાક વીંધવાં, છુંદણાં છુંદવાં ...	...	...	...	...	૮૬
ધરણાં ...	...	...	...	...	૮૯
બાળકોને નાગાં રાખવા નહીં ...	...	...	...	...	૯૧
કપડાં ...	...	...	...	...	૯૩
પગરખાં ...	...	...	...	...	૯૭
નહાવું ...	...	...	...	...	૯૯
ચોખ્ખાઇ-સફાઈ ...	...	...	...	...	૧૦૩
બીડી-તમાકુ ...	...	...	...	...	૧૦૬
નેત્ર સંરક્ષણ ...	...	...	...	...	૧૧૦
અકસ્માત ...	...	...	...	...	૧૧૬
ગાળો અને બીજાત્સ ગીતો ...	...	...	...	...	૧૧૯
વારસામાં ઉતરતા માનસિક ગુણ દોષ તેમજ સારીરિક ...	...	...	...	...	૧૨૩
ખોડ ખાંપણો અને વ્યાધિઓ ...	...	...	...	...	૧૨૬
માતાનો પ્રેમ ...	...	...	...	...	૧૩૫
માબાપ ...	...	...	...	...	૧૪૦
ફળવણી ...	...	...	...	...	૧૪૯
કન્યાઓને ધરમથું કામોની ફળવણી ...	...	...	...	...	૧૫૧
ફળવણી આપવામાં કરેલો ખર્ચ નકામો જતો નથી ...	...	...	...	...	૧૫૫
ધર્મની ફળવણી ...	...	...	...	...	૧૫૫

## વિષયનું નામ.

## પૃષ્ઠાંક.

નીતિ	...	...	...	...	...	...	૧૫૯
દયા	...	...	...	...	...	...	૧૬૧
સત્ય	...	...	...	...	...	...	૧૬૫
ઋણાસા	...	...	...	...	...	...	૧૭૨
અવલોકન શક્તિ	...	...	...	...	...	...	૧૭૭
સ્મરણ શક્તિ	...	...	...	...	...	...	૧૮૧
નક્ષી બાળક	...	...	...	...	...	...	૧૮૫
સૃષ્ટિ સૌંદર્ય	...	...	...	...	...	...	૧૮૭
વિવેક-વિનય	...	...	...	...	...	...	૧૮૯
સબ્યતા	...	...	...	...	...	...	૧૯૫
ગૃહ રાજ્ય	...	...	...	...	...	...	૧૯૭
કહેવા કરતાં કરી બતાવવું એ વધારે સાફ છે	...	...	...	...	...	...	૨૦૬
આજ્ઞાને તાબે થતાં શીખવવું	...	...	...	...	...	...	૨૦૮
અવસ્થા અને નિયમિતપણું	...	...	...	...	...	...	૨૧૨
ફરજની ફેંકફેંક	...	...	...	...	...	...	૨૧૫
બાળકને કેટલી ઉંમરે નિશાળે બેસાડવું ?	...	...	...	...	...	...	૨૧૮
બોરડીંગ સ્કૂલ	...	...	...	...	...	...	૨૨૧
પુત્રનાં લક્ષણ પારણામાંથી વરતાય	...	...	...	...	...	...	૨૨૪
પરગણુપણું	...	...	...	...	...	...	૨૨૬
શક્તિ ઉપરાંત બોળે	...	...	...	...	...	...	૨૨૮
તન તથા મનને નિકટનો સંબંધ	...	...	...	...	...	...	૨૩૫
બાળ લગ્ન	...	...	...	...	...	...	૨૩૭
સુંદર અક્ષર	...	...	...	...	...	...	૨૪૩
ચિત્રો	...	...	...	...	...	...	૨૪૭

વિષયનું નામ.						પૃષ્ઠાંક.
કિતાબખાનું	...	...	...	...	...	૨૪૯
વારતાઓ અને વાતચીત	...	...	...	...	...	૨૫૦
ઉખાણાં અને સમસ્યા	...	...	...	...	...	૨૫૪
બાળકોને ક્યાં લેઈ જવાં અને ક્યાં ન લેઈ જવાં ?	...	...	...	...	...	૨૫૭
સાબાશી	...	...	...	...	...	૨૬૦
ખોટી ખીક	...	...	...	...	...	૨૬૨
લાડ	...	...	...	...	...	૨૬૫
ચોરી	...	...	...	...	...	૨૬૮
બાળકો, હલકા ચાકરોના હવાલામાં	...	...	...	...	...	૨૭૨
સોબતી	...	...	...	...	...	૨૭૫
વાતાવરણ	...	...	...	...	...	૨૮૦
રડવું અને રીસાવું	...	...	...	...	...	૨૮૨
ખીજળા સ્વભાવનાં બચ્ચાં	...	...	...	...	...	૨૮૬
અદેખાઈ	...	...	...	...	...	૨૮૭
શરમાળપણું	...	...	...	...	...	૨૮૮
હસમુખો ને આનંદી સ્વભાવ	...	...	...	...	...	૨૯૦
ગાયન	...	...	...	...	...	૨૯૩
તરવું	...	...	...	...	...	૨૯૮
મુસાફરી	...	...	...	...	...	૩૦૧
આત્મશ્રદ્ધા—સ્વાશ્રય	...	...	...	...	...	૩૦૪
બાળકોને અપંગ સરખાં બનાવશો નહીં	...	...	...	...	...	૩૦૬
જાત મહેનત	...	...	...	...	...	૩૦૯
સ્વતંત્રતા	...	...	...	...	...	૩૧૩
તડકા છાંયોનો અનુભવ	...	...	...	...	...	૩૧૬

## વિષયનું નામ.

## પૃષ્ઠાંક.

વ્યાવહારોપયોગી કેળવણી	...	...	...	...	૩૧૯
હુન્નર, વ્યાપાર વગેરે સ્વતંત્ર ધંધો રોજગાર	...	...	...	...	૩૨૨
નાગરિક	...	...	...	...	૩૨૮
દોષારોપ	...	...	...	...	૩૩૧
અલક્ષ કરવું—શરમાવડું...	...	...	...	...	૩૩૩
દરગુજર કરવું...	...	...	...	...	૩૩૪
યુક્તિવાળી શિક્ષા	...	...	...	...	૩૩૫
કુદરતી શિક્ષા...	...	...	...	...	૩૩૬
ટપકો	...	...	...	...	૩૩૭
ધમકી	...	...	...	...	૩૩૯
શરીર શિક્ષા	...	...	...	...	૩૪૧
કેટલાંક માઆપ પોતાનાં આળકને શી રીતે બગાડે છે ?	...	...	...	...	૩૪૭
માઆપે શું કરવું જોઈએ ?	...	...	...	...	૩૫૧
માઆપે શું નહીં કરવું...	...	...	...	...	૩૫૫

# વેચવાના પુસ્તકો.

					શ. આ. પા.
શ્રી શંકર દિગ્વિજય	...	...	...	...	૪-૬-૦
શ્રી જીવન્મુક્તિ વિવેક ભાષાંતર	...	...	...	...	૧-૪-૦
શ્રી યોગ કૌસ્તુભ	...	...	...	...	૧-૮-૦
સાંખ્ય દર્શન	...	...	...	...	૧-૪-૦
રમૂજ માળા	...	...	...	...	૧-૪-૦
યોગ પ્રભાકર	...	...	...	...	૦-૩-૦
કંબુસના કર્મની કહાણીઓ...	...	...	...	...	૦-૬-૦
મોતીની માળા	...	...	...	...	૦-૬-૦
મિત્રતા વિષે નિબંધ	...	...	...	...	૦-૬-૬

મહાલક્ષ્મી રોડ.

લીંબડી.



કાહાનજી સુંદરજી રોડ.

# બાળકની માવજત અને કેળવણી વિષે માબાપને સૂચના.

અચ્યુ.

અચ્યુ, બાળક કે ફરજદ એ બોલ કેટલો અત્યે પ્રિય, પવિત્ર, મનમોહક અને મધુરો છે! અચપણની છાંદગી સૌથી વધારે નિર્મળ, વધારે સુખી તથા વધારે સરળ છે. એના સરળો નિષ્કાલસ આનંદ બીજે કોઈ પણ ફેકાણેથી પ્રાપ્ત થતો ન હોવાથી અચ્યાના જન્મથી માતા મનકાય છે, અને પિતા દરખાય છે. તવું જન્મેલું અચ્યુ માબાપના ચરણપર નવી રોશની આણે છે, તેઓનું અંતઃકરણ દર્શના ઉભરાથી આકર્ષે છે તથા તેમાં આશાનું નવીન કિરણ પ્રકટે છે.

બાળક, એ ખરેખર પ્યારની પ્રત્યક્ષ મુર્તિ અને આનંદનો અખૂટ સ્રોત છે. “**ગૃહ રત્નાનિ બાલકાઃ**” ઘરનું તે એમલું રત્ન છે. અચ્યુ માત્ર પિતાની મોટી મોજ છે, મગરૂરી છે, દોહન છે, દુનિયાં છે, ઉમેદ છે, દિવાસો છે, વિશ્રામ ને સુખસંતોષનું સ્થાન છે તેમજ ભવિષ્યનો અનન્ય આધાર છે—ટકા છે. ફરજદ એ માબાપના તનની, મનની, પ્રકૃતિની તાદસ્ય પ્રતિમા હોવાથી તેને નેહથી નિહાળીને, તેનું મંદહાસ્ય જોઈને, તેમજ તેના ઢાલા, તોતડા ને પ્રેમ-મય બોલ સાંભળીને કહ્યું પવિત્ર થતાં તેઓ સ્નેહની અપૂર્વ લાગણી અને

ઉમળકાથી સ્નેહચેલાં થાયછે, પોતાનાં દુઃખ વિસરી જાયછે અને પોતાનો અવતાર સફળ માની લેછે !

બચ્ચુ' એ માઆપના દંપતી તરીકેના પરસ્પરના પ્રેમભાવના, પ્રેમ-અંથીના પ્રકટ પરિણામરૂપ, આદર્શરૂપ, સાક્ષીરૂપ છે; વળી તે એક બીજાના સ્નેહને ગાંઘે અને સુદૃઢ કરનાર સાધનરૂપ પણ છે.

પોતાને ત્યાં બચ્ચાનો જન્મ થવાથી દંપતી તરીકેની તેમની સ્થિતિ કાયમ રહ્યા ઉપરાંત માત તાત તરીકેની તેમની હૃદયગીની શરૂઆત થાયછે.

પોતાનું બાળક કદાપિ કાંઈ દોષવાળું હોય, બુદ્ધિહીન હોય, ગાંડું ઘેલું, હુલું લંગડું, અથવા બીજાના મનથી કુરૂપ લાગતું હોય તોપણ પોતાના બચ્ચાને ધનસાન જાત સ્વાભાવિક રીતે સા કરતાં વિશેષ ચાહેછે, તેના મુખમાંથી પડતા બોલ શ્રીલેછે, તેને માટે ગમે તેટલો રંજ ઉઠાવેછે, જંગળ અને મુસિબત ભોગવેછે, ઉજાગરા કરેછે, પ્રાણ પાથવેછે અને તે ચિરંજીવી રહે એમ પ્રભુને પ્રાર્થેછે.

એવું આનંદસ્વરૂપ નાનકડું બચ્ચું, કે જેને આ દુનિયાના જાળની, કળની, કુડની, કપટની, કીનાની, માયાની, મોહની, માનની, અપમાનની, લોભની, પાપની, તેમજ ફિકર કે ચિંતાની સ્વપ્ને પણ બચ્ચર કે ખ્યાલ નથી; જે કોઈનું બુદ્ધ કરતું નથી, તેમ બુદ્ધ ઇચ્છતું પણ નથી, જેને મનથી ધૂળ, પથર, અને પૈસો એ સરખાંજ છે, જે સમદર્શી છે, ભાવનુંજ બૂખ્યું અને ખારનુંજ તરસ્યું છે, જે આ દુનિયાના કીરસ્તા સરખું છે, તેને નિરખીને, તેડીને, રમાડીને અથવા ચુંબન કરીને હૃદયમાં સંતોષાનંદ કેને નહીં સ્પૃશે ?

રામ અને રંક સૌને પોતાનું બચ્ચું સરખું વડાનું લાગેછે; પારકાનું સુધક બચ્ચું હોય તેના ઉપર પણ સ્વાભાવિક રીતે હેન ઉપજ્યા વગર રહેતું નથી.



અચ્યુતની સામે કોઈ હસે તો તે હસેછે, અથવા કોઈ રડે તો તે રડવા માડેછે. તે એક પ્રકારના અરીસારૂં છે. તેનું અંતઃકરણ મીઠુના સરખું મુદ્રાગ્રાહી છે; મતલબ તેનામાં જે પ્રકારનું પ્રતિબિંબ પાડવાની યોગ્ય તજવીજ થાય તેવું પ્રતિબિંબ સત્વર અને સહેલાઈથી પાડી શકાયછે.

પોતાનું બાળક દિન પ્રતિદિન ગમે તેટલું મોટું થાય તથા તે ગમે તેટલી લાજ આપે, માન મરતબો ને મોટાઇ પામે તેમજ પુણ્ય પૈસો અને ઉચ્ચ પદવી વગેરે પ્રાપ્ત કરે તોપણ માથાપનાં મનથી તો તે સદા અચ્યુત જ છે !

આ સૃષ્ટિમાં સંસારીને વિવિધ પ્રકારનાં બીજાં ગમે તેટલાં સુખ અને વૈભવ સંપાદન થયેલ હોય, પરંતુ તેને ત્યાં જે એક પણ સંતાન હયાત ન હોય તો તેને મનથી દશેદિશા શત્રુકાર સરખી અને પોતાની જાંદગી લુપ્તી, સુકી ને તુચ્છ જેવી જણાયછે. સંતાન વગરનું પોતાનું ઘર સ્મશાન સરખું લાગેછે, અને વાંઝીયાપણાને મહાન શ્રાપ સમાન ને ગણેછે.

એ મુજબ નસંતાનપણાની-સ્થિતિ વાંઝીયામેળું મનુષ્યને સામાન્ય રીતે જેતાં એટલું બધું અસહ્ય લાગતું હોવાથી કોઈ કોઈ પુરુષો પોતાની આર્થિક સ્થિતિ અને શરીરસંપત્તિ જે સાનુકુળ હોય તો સંતાનની-દીકરાની ખોટ એક બેરી હયાત છતાં બીજી બેરી કરેછે, અને તેને પણ જે અમુક મુદ્દનમાં કાંઈ સંતાન ન સાંપડે તો તેમાંના કોઈ એથી પણ વધારે સ્ત્રી કરવાનો સાહસ ખેડેછે. એ પ્રમાણે આંધળિયો સાદસ ઉઠાવ્યા છતાં પણ જે તેમને કાંઈ સંતતિ ન સાંપડે તો બીજા કોઈ પણ પ્રકારે તેમનાં હૃદયમાં શાંતિ કદી થતી નથી, તેમનાં તલપાપડ થતાં મન સર્વદા અને સર્વથા ખેચેન ને ઉદાસ રહ્યા કરેછે. તે બિચારાં દિવસ-રાત એવી ઝંખના કર્યા કરેછે કે કદાપિ દીકરો નહીં તો શોભતી કન્યા, અને તેમ પણ નહીં તો છેવટ

હુલી લંગડી એકાદ દીકરી પણ પોતાને ત્યાં અવતરે તોપણ ઠીક, કે જેથી આ સંસારનો કાંઈ પણ લ્હાવો લેવાનો પોતાને માંગલિક અવસર મળે.

આ પ્રમાણે આપણા દેશમાં અસંખ્ય મનુષ્યોનાં મનની દુઃખદાયક સ્થિતિ થઈ પડતી હોવાથી, પોતાને ત્યાં પુત્ર ન હોય તે ‘પુત્ર’ નામના નરકથી પોતાને બચાવવા માટે, પોતાના પૈસા ટકાનો પાછળથી પોતાના પુત્ર રૂપી વારસ તરીકે ભોગવટે લેનાર મળવા માટે, તેમજ એવા વારસને પોતાની હયાતીમાં નાના પ્રકારનાં મનગમતાં વસ્ત્રાલંકાર પહેરાવી ઓઢાડી આ સંસારનો લ્હાવો લેવા માટે, પોતાનો વંશ ને પોતાનું નામ પાછળથી કાયમ રહેવા માટે પોતાને ત્યાં જન્મેલા પુત્રને અભાવે શ્રીમંત લોકો પોતાના કાંઈ સગાસંબંધીમાંથી દત્તપુત્ર કરી લેવાની તજવીજ કરેછે; અને કદાપિ કંઈ કારણસર તે પ્રમાણે કરવાની તક ન મળે તો પછી બીજા કોઈ ઓળખીતા પાળખીતાના પુત્રને ખોજે લેવાનું અને તો તેમ કરેછે, અને તેમ કરવું પણ અશક્ય હોય તો તેને માત્ર પોતાને ત્યાં રાખી મનગમતાં લાડ લડાવીને પોતાની દોંશ અમુક દરજ્જે પુરી કરેછે, અને તેવો પણ અભાગ્યે યોગ ન મળે તો કોઈ બીજાવારસી છોકરો કોઈ કેકાણેથી મેળવીને અથવા છેવટ કોઈની પાસેથી વેચાતો લેઈને તેને પોતાના પેટના દીકરાની પેઠે સારી રીતે પાળેછે, પોષેછે અને એ પ્રમાણે “પારકે પુત્રે સપુત્રા” પોતાને માની કંઈને ઓરીઓ વીતારેછે! કેટલાક પૈસાદાર વિધવાઓ પણ કોઈ સગા સંબંધીના દીકરાને ખોજે લેઈને મન-વાંછિત લ્હાવ લે છે.

માત્ર સંસારીઓનેજ એ પ્રમાણે સંતાનની અતિ અપેક્ષા રહેછે, અને ત્યાગીઓમાં પોતાનું નામ અપાવનાર તમામ એવી અપેક્ષા રહિત હોયછે એમ કાંઈ હમેશ જોવામાં આવતું નથી. સાધુ એવું નામ ધરાવનારા તથા આ સંસાર અસાર છે એવો અહોનીશ બોધ આપનારાઓ પણ એલા, એલી રૂપે પુત્ર કે પુત્રી મેળવવાની પ્રકટ અથવા ગુપ્તપણે અતિશય આકાંક્ષા રાખીને

તે સંપાદન કરવા સારૂ ધણી ખટપટ કરી રહ્યા હોય એવા કેટલાંએક નામધારી સાધુ સાધ્વીઓ પણ જોવા જાણવામાં આવેછે.

ફરજંદને અભાવે દંપતી પોતાનું જીવતર વૃથા સમજેછે, તેથી પોતાને સંતતિ સાંપડવા માટે વખતોવખત અને વિધવિધ પ્રકારના પત્ન તથા ઉપાય કરવામાં તે કવચિતજ કયાસૂરાખતા જોવામાં આવેછે.

દીકરા દેવને પણ ધણા દુર્લભ મનાતા હોવાથી પ્રાચીન કાળમાં કેટલાક અપુત્ર નૃપતિઓ અને ધનાઢ્ય ગૃહસ્થો લાંબી મુદત સુધી વિકટ ને નિર્જન વનમાં વસીને દેવ દેવીઓને ઘોર તપશ્ચર્યા વડે તુષ્યમાન કરીને પોતાને પુત્ર પ્રાપ્તિ થવા માટે વર માગતા હતા એવું શાસ્ત્રદ્વારા જાણવામાં આવેછે. હાલના વખતમાં પણ સંતતિહીન મનુષ્ય પોતાને ત્યાં પારણું બંધાવાનો પ્રસંગ મળવા માટે ઇશ્વરને માયના કર્યા કરેછે. કોઇ ચંડીપાઠ સરખાં સ્તોત્રો જાણુવેછે તો કોઇ નારાયણબલિ સરાવેછે. કોઇ ગ્રહ શાંતિ તો કોઇ બીજા તાંત્રિક પ્રયોગો બ્રાહ્મણો પાસે કરાવેછે, કોઇ પોતાના મનોરથ પાર પાડવા માટે દેવદેવીઓ, પીર પેગમ્બર વગેરેને અમુક અમુક પ્રકારનો ભોગ ધરવાની બાધા આપડી લેછે. કોઇ સ્ત્રીઓ બાવા કે ફકીર વગેરે પાસે દોરાધાગા કરાવેછે. કોઇ જુવા, ગોરજી વગેરે પાસે માદળીયાં મંત્રાવીને બાધેછે, કોઇ પથરા એટલા દેવ કરેછે, કોઇ અમુક પ્રકારની દવા અથવા માત્રા ખાયછે, તો કોઇ એકટાણું, ઉપવાસ અથવા એવાં બીજાં લિન્ન લિન્ન પ્રકારનાં વૃત કરેછે. એ રીતે જેને જે પ્રમાણે સલાહ મળે, જે મુજબ મનને રૂચે તેવી જાતના ઇલાજ અજમાવવા પાછળ ઇન્તેજારીથી દોડધામ તેમજ તેને અંગે પોતાની શક્તિ અનુસાર પૈસાનો છૂટથી વ્યય કરવામાં પાછી પાતી કરતાં નથી.

દંપતીમાં પુરુષને પિતા થવાની જેટલી હોંશ હોયછે તેથી ધણી વિશેષ હોંશ ને ઉમેદ સ્ત્રીને માતાનું પદ પ્રાપ્ત કરવાની હોયછે.

પોતાને ત્યાં ફરજદ થયેલ ન હોય ત્યારે તે થવાની માખાપને જોટલી ઉલટ અને જોટલી ઇન્ટેન્સિટી હોયછે, તેટલીજ પછી તેના સંબંધમાં બેદરકાર તેની પ્રાપ્તિ થયા પછી તેમનામાં જોવામાં આવેછે.

પ્રત્યેક માખાપ પોતાને ત્યાં સંતાન સાંપડવાથી પોતાને પુણ્યશાળી માનેછે, અને પોતાનાં નસીબ ઉધડમાં સમજેછે. તે નસીબ પાછાં ખીકાઈ ન જાય-બંધ થઈ ન જાય તે માટે પુરતી કાળજી અને ફિકર રાખવી જોઈએ. માત્ર પોતાને ત્યાં સંતતિ થયાથી જ પાર પડ્યા, કૃતાર્થ થયા એમ સમજી બેસવું જોઈતું નથી; પણ બાળક પ્રત્યે પોતાનું કર્તવ્ય કર્મ શું, તેના સંબંધમાં પોતાની જવાબદારી તથા જોખમદારી કેટલી અને તે શા પ્રકારની છે તે સમજવાની વખત સરખત રાખી તે પ્રમાણે વર્તવું જોઈએ, કેમકે બાળકનું જીવન અથવા મરવું, તેની નીતિ સુધરવી કે બગડવી, તેનું જીવન દેશને ઉપયોગી કે નિરુપયોગી થવું તે વગેરેનો મુખ્ય આધાર તેને મૂળથી જે પદ્ધતિએ ઉછેરવામાં આવે, કેળવવામાં આવે તે ઉપર અવલંબી રહેલછે. તેમની બરાબર માવજતનું કામ તેમજ તેમને યોગ્ય પ્રકારે કેળવવાનું કામ થોડું ઉપયોગી કે થોડું હિંમતી નથી, તેથી તે વિગેની માહિતી અમાઉથી મેળવી લેવાની ખાસ જરૂર છે.

બાળક દીકરા એ લાવિષ્યના પુરુષ છે, પિતા છે; અને બાળક દીકરી એ લાવિષ્યની સ્ત્રી છે, માતા છે.

ધર્મ, અર્થ, કામ ને મોક્ષ એ ચારે પુરુષાર્થનો આધાર તનની અસ્તિ તથા દુરસ્તી ઉપર રહેલોછે. “પહેલું સુખ તે જાતે નર્મ” એ કહેવત કદી પણ ભૂલવી જોઈતી નથી. નીરોગી સ્ત્રીર હોય તોજ મન નિર્વિકારી રહી શકેછે, બુદ્ધિ બરાબર ખીલી શકેછે, ગમે તેવા મહેનતવાળા કાર્ય થઈ શકેછે, આદત આવે તો તે વેડી શકાયછે તેમજ દેશને ઉપયોગી થઈ શકાયછે. હિંમત અને સાહસનો આધાર પણ શારીરિક

બળ ઉપર રહેલો છે. દુર્બળ માણસ દુનિયાને થોડાજ ઉપયોગી થઈ શકે છે. શરીરસંપત્તિ સમાન બીજી કોઈ સંપત્તિ નથી.

અચ્યુત આ દુનિયામાં સારું અથવા નરતું થઈને જન્મ્યું નથી; મતલબ જન્મથી તે સદગુણી કે દુર્ગુણી હોતું નથી, પરંતુ પ્રસંગ મળ્યા પ્રમાણે સારું અથવા નરસું થઈ શકે તેવા સંભવવાળું છે. તે સદા બાળક રહેવા માટે આવેલું નથી, પણ ઉત્તમ થવા માટે અવતર્યું છે; તેને જો ઉચ્ચ ભૂમિકા ઉપર ચડાવવાનો મથાઈ પ્રયત્ન વખતસર કરવામાં ન આવે તો પછી તે નીચી ભૂમિકા તરફ ધ્રુણી વાર ઢળી પડે છે, એ વાત માખાપે સદા લક્ષમાં રાખી તેને આરોગ્ય રાખવા તથા તેને સાચક કેળવણી આપીને જમાનાને અનુકુળ બનાવવા માટે સદા ચતુર્શીલ રહેવું જોઈએ; પણ થવાનું હશે તેમ થશે એવું માનીને દૈવ કે નસીબને ભરોસે બેસી રહેવું ન જોઈએ.

પ્રખ્યાત હુથરનો શિક્ષક ટ્રેવનીયાસ શાળામાં બાળકો પાસે તેમને માન આપવા માટે ઉઘાડે માથું જતો અને કહેતો કે “ કોણ જાણે કે તેઓ ભવિષ્યના કોણ હશે ? કદાચ તેમનામાં કોઈ તત્ત્વજ્ઞાની, મહાન પુરુષ અથવા દેશનો રાજા થાય એવો પણ કેમ ન હોય ? ”

## ઉંઘ.

ઉંઘ એ કુદરતનો એક ઉત્તમ આશીર્વાદ છે, સૃષ્ટિની પ્યારી ધાવ છે, મધુરી મૈયા છે. ઉંઘ એ પ્રાણીને આરોગ્ય અર્પનાર જડીબુટ્ટી છે. ઉંઘ એ તનદુરસ્તીનું ખીલું નામ છે, અર્થાત્ ઉંઘ એ તનદુરસ્તી છે અને તનદુરસ્તી એ ઉંઘ છે; એટલે ઉંઘ વગર તનદુરસ્તી નહીં અને તનદુરસ્તી વગર ઉંઘ નહીં. ઉંઘ જ્યારે આવતી નથી ત્યારે જ તેનું અમૂલ્યપાણું મથાર્થ સમજાય છે.

ઉંઘ માણસને નવું જોર અને નવી જીંદગી અર્પે છે. મગજને શાંતિ બક્ષે છે. ઉંઘ એ જેમ સાજાં તેમ માંદાંનાં તનમનને ઘણો આરામ પમાડે છે. ઉંઘના સરખો આરામ ખીજા કશાથી મળી શકતો નથી. ઉંઘના સરખું ઉત્તમ સુખ ખીલું એક પણ નથી, કેમકે દુનિયાંની અનેક પ્રકારની ફિકરચિંતાનું તેટલીવાર નીવારણ થાય છે. શરીરની તનદુરસ્તી માટે જેમ મનુષ્યને તેમ ખીજાં પશુ પંખી અને જીવ જાંતુને પણ ઉંઘની આવશ્યકતા છે. ખોરાક વગર જેટલા દિવસ ચાલે તેટલા દિવસ ઉંઘ વગર ચાલી શકે નહીં. ખોરાકની ભૂખ અમુક વખત સુધી વેઠાય પણ તેટલા વખત સુધી ઉંઘની ભૂખ સહેલાઈથી સહન થઈ શકે નહીં.

માણસની જીંદગીનો આશરે ત્રીજો ભાગ ઉંઘવામાં અને ખીજાનામાં વ્યતિત થાય છે.

પુરતનું જન્મેલું બચ્ચું જો તનદુરસ્ત હોય છે તો તે પ્રથમનાં થોડાં અઠવાડિયાં સુધી ઘણો વખત ઉંઘ્યા જ કરે છે. બાળકનું શરીર કદમાં વધવા માટે તથા તેની ખીલવટ થવા માટે વધારે આરામની અગત્ય હોવાથી કુદરતે તેને વધારે ઉંઘ આપેલી છે. શરીર આરોગ્ય હોય અને ફિકર તો સ્વપ્ને પણ નજ હોય એટલે ઘણા વખત સુધી

ધસધસાટ ઉંઘ્યા કરેછે. બાળક જેમ વધારે વખત ઉંઘે તેમ પુષ્ટ થાયછે. થોડો વખત ઉંઘે તો દુર્બળ રહેછે, અને વખતે માંદું પણ પડેછે. માટે તેને પૂરતી ઉંઘ લેવા દેવી જોઈએ. જેમ ગાઠ નિદ્રા તેમ વધારે આરામ મળેછે. સારી ઉંઘ એ સારી સુખાકારીની નિશાની છે. બચ્ચું જેમ ઉમરે વધતું જાયછે તેમ ઉંઘ કુદરતી રીતે ઓછી થતી જાયછે.

બચ્ચું જૂખ્યું થયું હશે એમ ધારીને તેને કદી કાચી ઉંઘમાંથી ઉઠાડવું નહીં. જૂખ લાગી હશે તો ઉંઘમાંથી જંગીને અને રડીને પણ ધાવવાનું માગવાને કુદરતે તેને મૂળથીજ શીખવી મૂક્યું છે ! ખીમારીને વખતે તેને દવા પાવા પણ ઉંઘમાંથી ખાસ જગાડવું નહીં, કેમકે તે દવાના સેવન કરતાં નિદ્રાનું સેવન તેને વધારે ગુણકારી થઈ પડેછે.

નાના બાળકને દિવસના વખતે ખુલ્લી હવામાં ઉંઘવા દેવાથી તેના તનકુદરતી વધેછે. તેના સૂવાના ઓરડાની બધી બારીઓ દિવસના વખતમાં ખુલ્લી રાખવી જોઈએ કે જેથી તેમાં તાજી હવાની આવ જ છૂટથી થઈ શકે. જે ઓરડામાં સૂર્યનાં કિરણ પડતાં હોય તો તેથી ત્યાંની હવા વધારે મુઠરેછે. તાજી હવાથી ઉંઘ ઘણી સારી આવેછે. સૂવાના ઓરડામાં બીનાં વસ્ત્ર સુકાવવાં નહીં; નહાવા ધોવાનું પણ તેમાં રાખવું નહીં; તેમજ ન જોઈતો ઘણો સામાન તેમાં ભરી રાખીને હવાનો રોષ કરવો નહીં. ઝાડવાનાં ફૂંડાં પણ રાખવાં નહીં, કેમકે તેમાંથી રાત્રે ઝેરી હવા નીકળેછે.

બચ્ચું જ્યારે રડતું હોય અથવા તે કાચવાએલું હોય ત્યારે બાઉ આવ્યો, બાવો આવ્યો, બિલાડી આવી, ઘોઘો આવ્યો તે તેને ઉપાડી જશે એવી રીતે તેને ખીવરાવીને સુવાડવું નહીં, કેમકે તેથી તેને સારી નિદ્રા આવતી નથી. બચ્ચાને જે હસાવી રમાડીને, ખુશી કરીને સુવાડશે તો તેને મીઠી નિદ્રા આવશે, તથા તેના તન અને મનને તેથી સારી રીતે આરામ મળશે.

**હીંચકાવધુ**—આળકને ઘોડીઆ અથવા પારણામાં નાખી ઘણીવાર સુધી હીંચકાવ્યા કરવાથી તેને સ્વાભાવિક નિદ્રા આવતી નથી. કૃત્રિમ જોવી નિદ્રા આવેછે તેથી તેના તન મનને જોઈએ તેવો આરામ મળતો નથી ; વળી બહુ મોટા હીંચકા નાખ્યા કરવાથી તેના મગજ તથા પાચનશક્તિ ઉપર માડી અસર થાયછે, માટે તેને તેવી ખરાબ ટેવ કદી પાડવી નહીં. ધવરાવીને તરત સુવાડ્યા પછી મોટા હીંચકા નાખવા નહીં, તેમ બનતા સુધી ઝાઝી વાર સુધી હીંચકાવ્યા કરવું નહીં. આળકને મૂળથી જોવી ટેવ પાડે તેવી પડશે. હીંચકાવ્યાની ટેવ પાડશે તો તે પછી હીંચકાવ્યા વિના ઉંઘશે નહીં. આળકને ઘોડીઆ કે પારણાનો બીલકુલ અનુભવ કરાવ્યા વગર ઉછેરવામાં આવે તોપણ તે સારી રીતે ઉછરી શકેછે, અને તેમાં કશી પણ અડચણ આવતી નથી. મારા પૌત્ર ઇન્દુલાલને એજ રીતે એટલે ઘોડીઆ કે પારણાનો બીલકુલ અનુભવ કરાવ્યા વિના ઉછેરવામાં આવેલછે.

ઘોડીઆ કરતાં પારણા વધારે પસંદ કરવા લાયક છે, કેમકે તેમાં અચ્યું મોકળાશથી સૂઈ શકેછે. ઘોડીઆ અને પારણામાં માંકડ વગેરેનો ઉપદ્રવ હોવો ન જોઈએ. માખી, મચ્છર, ડાંસ વગેરેથી આળકને સૂતી વખત અડચણ થતી હોય તો આછા કપડાની મચ્છરદાની ઘોડીઆ કે પારણાપર રાખવી જોઈએ.

એકજ પારણામાં અથવા એકજ બીંછાનામાં આળકને બેંગાં સૂવાડવાં નહીં. જૂદાં જૂદાં સૂવાડવાં જોઈએ. અચ્યું આશરે ત્રણ માસનું થાય ત્યાં સુધી તેને ગરમી મળવા માટે માના પાસામાં સૂવાની જરૂર છે. તેટલી મુદત પછી માએ તેને જૂદું સૂવાડવું જોઈએ. બીમાર માણસની પાસે અચ્યાને સૂવાડવું નહીં જોઈએ.

અચ્યાને બહુ ગરમ હવામાં સૂવાડવું નહીં. સૂતી વખત ઓરડામાં બળતી સગડી કે કાંઈ પણ બળતો પદાર્થ રાખવો નહીં. ઓરડામાં જેમ અધાડું હોય તેમ ઉંચ સારી આવેછે, માટે તેમાં દીવો



રામ કરીને સૂવાડવું એ ફાયદાકારક છે. દીવો રાખવાની કાંઈ કારણથી જરૂર હોય તો તેનો પ્રકાશ અચ્ચાની આંખ સામે ન આવે તેવે ઢંકણે તે રાખવો જોઈએ.

અચ્ચાને સૂવાડ્યા પછી તેની પાસે કાંઈ ઘોંઘાટ થવા દેવો નહીં, અથવા ત્યાં કોઈને જોરથી ખૂમ પાડવા દેવી નહીં, કેમકે તેથી અચ્ચું ઉંઘમાંથી ચોકેછે, અથવા કાચી ઉંઘમાંથી જાગી ઉઠેછે.

હીંચકાવતાં અવાજ થતો હોય તો તેના ઘોડીઆ અથવા પારણાના નકુચાને તેલ લગાડવું જોઈએ.

ઉંઘતી વખત આળકના શરીરપર પવનના ઝપાટા આવે તેવે સ્થળે તેને કદી સૂવાડવું નહીં જોઈએ.

હંડીના દિવસ હોય તો ગરમ, સુંવાળું નથા બાફે આંખા વજન-વાળું કપડું તેના શરીરપર ઓઢાડવું.

આળકને તેના નાક અને મોઢાપર કપડું ઓઢાડીને કદા સૂવાડવું નહીં કેમકે તેથી તેનાથી ઝૂટથી દમ લેઈ શકાતો નથી. બાફે કપડાં પહેરાવીને પણ સૂવાડવું નહીં, કે જેથી તેને પરસેવો અને અકળામણ થાય; તેમ કપડાં તદ્દન કાઢી નાખીને પણ સૂવાડવું નહીં, કે જેથી તેને હંડી લાગે. બહુજ ઉંચા ઓશીકા ઉપર માથું રખાવીને આળકને સૂવાડવું નહીં, તેમજ સૂતી વખત આળકની પધારોમાં વધારે પડતાં કપડાં રાખવાં નહીં. સૂતી વખત સ્વચ્છ, સુંવાળું, ને વજન લેણું લલકું હોય તેવું બદન પહેરાવવું જોઈએ.

આળક કોઈવાર એક પડામે, કોઈવાર બીજે પડામે, તો કોઈવાર પીઠપર સૂએ તેવી તેને ટેવ પાડવી જોઈએ, તેમજ તેને બરાબર સીધું સુવાડતા રહેવું જોઈએ, વાકુંટીકું સુવાડ્યા કરવાથી તેનું શરીર વખતે ખુંધું કે બેડોળ થઈ જવાનો સંભવ છે.

બહુ મોટા છોકરા તથા મોટી છોકરીઓના સૂવાના ઓરડા બહુ રાખવા એ સલાહકારક છે, તેમ જો ન બને તો તેમના બીજાના વચ્ચે પડતા રાખવા જોઈએ.

બાળકને જ્યાં સુધી નિશાળે બેસાડ્યું ન હોય અથવા સવારમાં તેની પાસેથી કાંઈ કામકાજ લેવાતું ન હોય તેવી સ્થિતિમાં માબાપ બનતા સુધી તે સંખે ત્યાં સુધી તેને સૂવા દે છે, પણ તેને જ્યારે નિશાળે બેસાડવામાં આવે છે, અથવા કાંઈ બીજા કામકાજમાં જોડવામાં આવે છે, ત્યારે માબાપ તેને પૂરતી ઉંઘ લેવા દેવામાં ધણીવાર અંતરાયરૂપ થાય છે.

વિદ્યાર્થીને તેની વયના પ્રમાણમાં, તેમજ લાલુવા ગાલુવા વગેરેના શ્રમના પ્રમાણમાં પૂરતી ઉંઘની ખાસ જરૂર છે. જો તેમાં કાંઈ કસુર કરવામાં આવશે-ઉંઘના કલાક ચોરવામાં આવશે તો તેથી તેની તન-દુરસ્તીને થોડું ઘણું પણ નુકસાન થયા વિના નહીં રહે, તેમજ તેની મુગજશક્તિ જોઈએ તેવી નહીં બીલે. દશથી અગિયાર વર્ષની ઉંમર સુધીના બાળકને ઓછામાં ઓછી દશ અગિયાર કલાકની ઉંઘની અ-ગત્ય છે. દશ અગિયારથી વીસ વરસની ઉંમર સુધીનાને આશરે નવ કલાકની ઉંઘની આવશ્યકતા છે. ઉંઘનો ઘણો આધાર શરીરના બાંધા, પરિશ્રમથી લાગેલ થાક તેમજ ટેવ ઉપર રહેલો છે.

થોડો થાક ઉંઘને લાવે છે, ને ઉંઘ તે થાકનું નિવારણ કરે છે; પરંતુ અતિશય થાક ઉંઘને કેટલીક વાર તુરતમાં ઉડાડી મૂકે છે.

સૂતાં પહેલાં તરતમાં ભૂખથી વધારે પડતું ખાધાથી જેમ ઉંઘ બરાબર આવતી નથી, તેમ ભૂખ કરતાં બહુ ઓછું ખાધાથી પણ ઉંઘ જોઈએ તેવી આવતી નથી.

સૂતી વખતે આ, કોઈ વગેરે પીવાથી પણ કોઈ કોઈ વાર તુરત ઉંઘ આવી શકતી નથી.

સૂતી વખતે મન શાંત હોય તો ઉંઘ સારી અને વહેલી આવે છે.

હવસની ઉંઘ કરતાં રાતની ઉંઘ શાંત છે. આગલી રાત કરતાં પાછલી રાતની ઉંઘ વધારે શાંત છે. મળરકા લગલગની ઉંઘ તેથી પણ વિશેષ મીઠી લાગે છે; તે ગુલાબી નિદ્રા કહેવાય છે. ગમે તેવા ખીમાર માણસની આંખ પણ તેવા વખતમાં બે ઘડી મળી જાય છે.

બાળકને વિદ્યાભ્યાસ માટે પાછલી રાતે જગાડવું નહીં જોઈએ, પણ તે મીઠી નિદ્રામાં તે વખતે ખામુખા પડ્યું રહે તેમ થવું જોઈએ.

બાળકને ધરાઈને ઉંઘવા ન દેતાં થોડો ઘણો પણ ઉઝગરો થવા સરખું થાય તો તે તેમને ઝેરરૂપ થઈ પડે છે. એ પ્રમાણેના વખતોવખતના થોડા ઘણા ઉઝગરાની અસરથી તેના બેગપર ખરાબ અસર થાય છે, તેથી તે મનથી બેચેન રહે છે, તેની પાચનશક્તિ જોઈએ તેવું કામ કરતી નથી; વળી કોઈ કોઈ વાર તેનું માથું પણ દુખે છે, અર્થાત્ પુરતી ઉંઘને અભાવે કટલીક જાતનાં તેને દરદ લાગુ પડવાનો સંભવ છે.

જો વધારે કામ કરવું હોય તેમજ જો વધારે સારી રીતે કામ કરવું હોય તો સારી પેટે ઉંઘવું જોઈએ. જો સારી રીતે જીંદગી ગુજારવી હોય તોપણ સારી રીતે ઉંઘવું જોઈએ, અને ઉંઘવામાં જો વખત વ્યતિત થયો તે વૃથા ગયો એમ કદીએ ધારવું નહીં જોઈએ.

મારી ઉમરનાં માણસે દરરોજ આઠ નવ કલાક ઉંઘવું જોઈએ, અને જાનનાં સુધી વિચિત્ર વખતે સૂવું જોઈએ. ઘણા માણસોને ખીજાનામાં ગયા પછી ઉંઘ આવવા માટે થોડી વાર પડ્યું રહેવું પડે છે તો કોઈને ઉંઘ જાણે પોતાને જાંડે બાંધી હોય તેમ જટ આવી જાય છે ! પ્રખ્યાત નેપોલ્યન બોનાપાર્ટને માટે એવું કહેવામાં આવેલું છે કે તે જેવા સૂતો કે આશરે બે મિનિટમાં તેને નિદ્રા આવી જતી !

## હવા.

શુદ્ધ હવા એ ફેફસાંની ખોરાક છે. ખુલ્લી હવા એ આરોગ્ય રહેવાનો ઉત્તમ ઉપાય છે. નિર્મળ હવાનું સદા સેવન કર્યોથી દીર્ઘાયુષ મેળવી શકાય છે.

અહુજ મોટી મુરકેલી ઉઠાવીને કોઈ માણસ અન્ન, દૂધ વગેરેના ખોરાક વગર અહુમાં અહુ દોડ બે માસ સુધી જીવી શકે. અન્ન પાણી એ બન્નેની ભેગી આખડી લેઈને આઠ દશ દિવસ સુધી જીવેલી ટકાવી શકે; તદ્દન ઉંઘ વગર વધારેમાં વધારે આશરે આર ચૌદ દિવસ લગી જીવી શકે, પરંતુ હવા વગર કોઈ પણ માણસ બે મિનિટથી વધારે વખત જીવી શકે નહીં; એ ઉપરથી પણ હવાની જેટલી કિંમત આંકવામાં આવે તેટલી ઓછી સમજવી.

હવા, પાણી ને સૂર્યનો પ્રકાશ એ માત્ર પ્રાણીઓનાંજ નિર્વાહનાં સાધન નથી, પરંતુ વૃક્ષ તેમજ વનસ્પતિનાં પણ નિર્વાહનાં સાધન છે.

અચ્યુ જન્મે તેજ પળથી શ્વાસ લેવા માડે છે. મોટી ઉમરના માણસ કરતાં તરતના જન્મેલા અચ્યાને નાજી ને ચોખ્ખી હવાની વણી વધારે જરૂર છે.

આપણા દેશમાં જે ઘરમાં પ્રસૂતાની સુવાવડ કરવાની હોય છે તે ઘરમાં કોઈ ઠેકાણેથી પવન આવે એવું હોય તો તે માટે સજ્જડ પ્રતિબંધ કરવામાં આવે છે. એક વિકટ અરણ્યમાં હથિયાર વગરના મુસાફરને વાઘ, વરૂં સરખા ફાડી ખાનારા હિંસક જનાવરની જેવી ખીંક હોય છે તેવી અથવા તેથી વધારે ખીંક સુવાવડી સ્ત્રીને પવન લાગવાની હોવાથી તેની ઓરડીમાં બારી કે બળીયું હોય, કે બીજે કોઈ ઠેકાણેથી પવન આવી જાય તેવું હોય તે બંધ કરી લેવામાં આવે છે. અધુરામાં પૂરું તેમાં બળતી સગડી શેક માટે રાખવામાં આવે છે, આખી રાત દીવો બળા કરે છે, અને મળમૂત્ર પણ તેમાંજ થાય છે. તે ઓરડીમાં જવા આવવાનું બાર હોય તે પણ ચાલે ત્યાં સુધી બંધ રાખે છે, એટલે તેમાં ન મળે ખુલ્લી હવા કે ન મળે સૂર્યનો પ્રકાશ; એવી ગંધાતી ઓરડીમાં

પ્રસૂતા ઉપરાંત તેની સુવાસ કરનારી એક બાઈ પણ ઝાઝો વખત રહેછે, બીજી કેટલીક સ્ત્રીઓ તખીયત પૂજ્યા આવે તેમાંની પણ કાંઈ કાંઈ ત્યાં બેસેછે; એવાં ધણાં પાપ એક સાથે મળ્યાથી તેની હવા ઝેરી થાય તેમાં શી નવાઈ ?

કલકત્તાની એ નાનાં ગળીયાંવાળી ધણી સાંકડા માપની કાળી-અંધારી કોટડી જે “બ્લેક હોલ” ના નામથી જાણીતીછે, તેમાં ઇ. સ. ૧૭૫૬ ની સાલમાં ઇંગ્રેજ લશ્કરના ૧૪૬ જણને નવાબ સિરાજુદૌલાના માણસોએ એક રાતે કેદ કરેલ તેમાંથી ૧૨૩ જણ ત્યાંની સખ્ત ગરમી તથા આસાવરોધથી તેજ રાતમાં ગુજરી ગયા હતા, અને માત્ર ૨૩ જણ બચ્યા હતા. એમ ઇતિહાસની અંદર પ્રસિદ્ધ થયેલુંછે. આપણા દેશની સુવાવડી સ્ત્રીની કોટડીની ઉપર મુજબની સ્થિતિ પ્રદર્શિત કરતાં એ “બ્લેક હોલ” ના નામનું સ્વતઃ સ્મરણ થઈ આવેછે. સુવાવડીની એવી અંધારી તથા ગંદી કેટડીને એ “બ્લેક હોલ” ની નાની બેનની ઉપમા આપીએ તો તે કેટલેક દરજ્જે ચાલી શકે તેમ છે.

પરિસ્થિતિ એ પ્રમાણે હોવાથી તે પ્રસૂતાની તખીયત ઉપર ખરાબ અસર થાયછે, તેમજ તેના સુકુમાર નાના બચ્ચાને પણ આશરે દશ પંદર દિવસ લગી એ અંધારી ઓરડીના ઝેરી વાતાવરણમાં ગોઠાઈ રહેવું પડ્યાથી તેની તનદુરસ્તી ઉપર પણ માઠી અસર થયા વિના રહેતી નથી, અને તેને પરિણામે કાંઈ કાંઈ બચ્ચાં બિચારાં અવનર્યા પડી એકાદ માસમાં અકાળે મૃત્યુવશ થઈ રસ્તે પડેછે.

નવા જન્મેલા બચ્ચા તેમજ તેની માતાના શરીર ઉપર પવનનો ઝપાંટા જરાએ ન આવે તેવી રીતે તેમની ઓરડીમાં ખુલ્લી હવાની આવગળ છૂટથી થવી જોઈએ.

ખુલ્લી હવામાં બાળકો પોતાના હાથ પગ ખુલીથી આમતેમ ફેરવેછે. બાળક આશરે ગણેક માસનું થાય એટલે તેને જોજ થોડો વખત ખુલ્લી

હવામાં ફેરવ્યાથી ફામદો થાયછે. બહાર ફેરવતી વખત તેને શરદીની અસર ન લાગવા માટે અંગે હુકાળું ને લીલું કપડું અને પગમાં ગરમ મોજાં પહેરાવવાં જોઈએ. સુરજ અસ્ત પામવાની એક કલાક અગાઉ તેને બહાર ફેરવવા કાઢવું, અને સુરજ અસ્ત પામે તે પહેલાં તે પાછું ઘરમાં આવી જાય તેમ કરવું જોઈએ.

ખુલ્લી હવાનો લાભ જેમ દીકરાઓને તેમજ દીકરીઓને તેમની છાંદગીના પ્રથમનાં છ સાત વર્ષ સુધીતો ખાસ રીતે મળવો જોઈએ, કેમકે તેથી તેમનાં તન તેમજ મનને વિશેષ પોષણ મળી શકેછે.

જે બચ્ચાને ચોખ્ખી ને ખુલ્લી હવાનો લાભ જોઈએ તેટલો મળતો હોય અને ખોરાક આવી શકે તેવા દાંત આવ્યા પહેલાં બીજું કાંઈ આચર ક્યાર તેને ખવરાવવામાં કે પીવરાવવામાં આવતું ન હોય તેવું બાળક અકસ્માત સિવાય કદાચજ બીમાર પડી જાયછે.

બચ્ચું ઘરમાં રહતું હોય તે વખતે તેને બહાર ખુલ્લી હવામાં લેઈ જવામાં આવે છે એટલે તે તરત જાનું રહી જઈને રમવા લાગે છે એથી પણ ખુલ્લી હવાનો પ્રત્યક્ષ ફાયદો સ્પષ્ટ રીતે જણાઈ આવેછે.

નિર્મળ હવામાં જઈએ ત્યારે ચિત્તને શાંતિ અને આનંદ સહજ પ્રાપ્ત થાયછે, તેમજ ખુલ્લી હવામાં બેસીને જમવાથી સ્વાભાવિક રીતે ઘણી મજા પડેછે તેનો થોડો ઘણો અનુભવ સૌ કોઈને હોયછે. લાંબું તથા સુખી જીવન અર્પણમાં શુદ્ધ અને ખુલ્લી હવા આગળ પડતો ભાગ લેછે. શરીરનું પોષણ લોહીથી થાયછે અને લોહીને હવા વિશુદ્ધ કરેછે; જેમ ખોરાક ખાધે તેમ હવા ખાવી એમ કહેવાય છે તે યથાર્થ છે, કેમકે હવાથી એ પ્રકારે આડકતરી રીતે પોષણ મળતાં તેના પરિણામે શરીરમાં ડોળન, મગજની શક્તિ તથા તનની દુરસ્તી વધેછે. ખુલ્લી હવાના સેવનથી ખાધેલું પાચન તથા રક્તાભિસરણ સારી રીતે થાયછે. નિર્મળ હવામાં વસનારા માણસો વધારે મજબૂત જોવામાં આવેછે. શુદ્ધ હવાનું સેવન હરહમેશ કર્મથી લોહીમાં કુદરતી રતાશ વધેછે, તથા તન ઉપર તેજ રહેછે.

શહેરી કરતાં ગામડીઆ લોકો સામાન્ય રીતે જોતાં વધારે નીરોગી જોવામાં આવેછે તેનું કારણ કે એ લોકોને ખુલ્લી અને સ્વચ્છ હવાનો અલગ્ય લાભ મળતો રહેછે. વળી ગામડામાં એવી હવાની સાથે ચોખ્ખું દૂધ, ચોખ્ખું ઘી તેમજ બીજાં ચોખ્ખાં ખોરાક સહજ મળેછે તેથી જે શહેરીઓથી અને તેમણે ગામડાની જીંદગી વધારે પસંદ કરવી જોઈએ, તેમજ જે સગવડ થઈ શકે તેમ હોય તો પોતાના બાળકને ગામડાની જીંદગીનો અનુભવ થોડાઘણો વખત પણ કરાવવો જોઈએ. ગામડાના છોકરાઓ જમવાના અને ઉંઘવાના વખત સિવાય બાકીના વખતમાં ઘણું કરીને બહાર ફર્યા કરેછે તેથી તેમને ખુલ્લી હવાનો વધારે લાભ મળી શકેછે.

શહેરનાં કરતાં ગામડામાં માણસોનાં મરણનું પ્રમાણ ઓછું આવેછે, તેનું કારણ કે ત્યાં જથ્થક વસનારાઓને ચોખ્ખી હવાનો લાભ મળ્યા કરેછે.

મોટા વાટે દમ લેવાની ટેવ નુકસાનકારક છે, કેમકે તેથી રજકણ અને અમુક પ્રકારનાં જંતુઓ, શરીરમાં દાખલ થવાનો સંભવ છે, જેથી નાક વાટે દમ લેવાનું સલાહકારક છે.

ખરેખરી શુદ્ધ હવા વન, ઉપવન, બાગ, બગીચા, અને મોટા મેદાનમાં મળેછે, માટે ત્યાં જઈને દરરોજ ખુલ્લી હવામાં ફરવાની ટેવ રાખવી એ ફાયદાકારક છે.

સામાન્ય રીતે જોતાં માણસોને જેની કાંઈ કિંમત ખેસતી નથી, તેની ઘણી વખત કિંમત પણ સમજાતી નથી. વસંતમાસની અને સુવર્ણમાસની કિંમત લોકો સમજેછે, પણ હવામાસની ખરેખરી કિંમતની ઘણા લોકોને ભાગ્યેજ ખબર હોયછે, કેમકે તેના કાંઈ પૈસા આપવા પડતા નથી, તથા કુદરતની કૃપાથી તે જ્યાં ત્યાં અને જ્યારે જોઈએ ત્યારે મળ્યા કરેછે.

ખુલ્લી ને ચોખ્ખી હવાથી રક્તનાં, ચામડીનાં અને ફેફસાંનાં કેટલીક જાતનાં દરદો થતાં અટકેછે, અથવા થયાં હોય તો તે મટેછે અગર તેનું જોર

કમી થાયછે, એમ છતાં કેટલાંક અણુસમજી માણસો તેથી કંઈ કંઈ દરદ ઉત્પન્ન થવાની ખોટી ખીક રાખતા જણાયછે. શુદ્ધ હવા જે તનદુરસ્તીનું મૂળ છે તેને દુઃખદરદનું મૂળ માનેછે. એવા અજ્ઞાન માણસોએ એ સંબંધમાં એક કહેવત જોડેલી છે તે એ કે “બકા સો નકા ને વા સો ધા” અર્થાત્ શરીરને ખૂબ પરસેવો થાય એવી બધ જગોમાં સદા વસવું એ કાયદાકારક છે, પણ જ્યાં પવન ઊંટથી આવતો હોય તેવી જગોમાં રહેવું એ શક્તિનો ધા ખાધા બરાબર ઘણું નુકસાનકારક છે; એ પ્રમાણે ખુલ્લી હવાનો અનાદર કરીને કુદરતની એ અમૂલ્ય તથા અતૂલ્ય બક્ષીસનો તેઓ અજ્ઞાનતાથી લાભ ખુએછે.

અશુદ્ધ હવામાં રહેવું એ વ્યાધિને નિમંત્રણ કરીને ખોલાવવા બરાબર છે. પૂરતી હવા અજવાળા વગરની બંધીયાર જગોમાં વસવાથી ચામડી પીકી પડે છે તથા બૂખ બરાબર લાગતી નથી. વળી ફેફસાના વ્યાધિ સાથે અશુદ્ધ હવાને સંબંધ છે તેથી અસ્વચ્છ હવા શ્વાસ વાટે લેવી એ ક્ષય રોગ થવાનાં કારણોમાંનું એક કારણ ગણાયછે. સારી હવા ન મળેતો માણસો કમજોર ને બીમાર થાયછે. ખરાબ હવામાં જનવશેતે રાખવામાં આવે તો તે પણ દુક વખતમાં આગ્રી થઈ પડેછે.

શ્વાસ દ્વારા ઝેરી હવા બહાર આવેછે તેથી એક ઓરડામાં ઘણાં માણસોએ સૂવું નહીં જોઈએ. એક ઓરડામાં જેમ વધારે માણસ સૂએ તેમ હવાનો વધારે રોધ થાયછે, તેથી ત્યાંની હવા બગડેછે. અગ્નિ અને દીવો વધારે વખત રહ્યાથી પણ હવા થોડી ઘણી બગડ્યા વિના રહેતી નથી.

અણુસમજી માણસો પોતાના સૂત્ર બેસવાનાં ઓરડાનાં બારી બારણાં તમામ બંધ રાખીને હાથે કરીને જાણે કેદખાનું સેવવા સરખું કરેછે. શિયાળામાં કે વરસાદના વખતમાં શરદીની બંકિ બારી બારણાં તમામ બંધ રાખીને સૂવું નહીં જોઈએ, કેમકે એથી હવા બગડેછે. શુદ્ધ હવાથી જરાપણ ડરવું નહીં જોઈએ.



**હવાફેરના ફાયદા—**હવા બદલ કરવાનો હેતુ વધારે સારી ને ચોખ્ખી હવા મળવાનો હોયછે. “સો દવા ને એક હવા” કહેવાય છે તે બરાબર છે, કેમકે હવા જેવી રોગને માટે પૌષ્ટિક અને અસરકારક દવા દુનિયામાં ખીજી એકે નથી. હવાફેરથી ઘણી વખત નખીઅત સુધરી જાયછે. કેટલાંક હઠીલાં દરદો હવાફેરથી મરી જાયછે. હવાનો લાલ લેવાની તજવીજ માંદાં માણસો ન છૂટકે અને છેલ્લા ઉપાય તરીકે કરેછે. હવાફેરની એકલા દરદીઓને જ જરૂર છે એમ સમજવું નહીં, સાગ માણસોને પણ હવાફેરની જરૂર છે, કેમકે હવાફેર એ માત્ર રોગ મટાડવાનો જ ઉપાય નથી, પરંતુ રોગ અટકાવવાનો પણ ઉપાય છે. “શેરડી પછવાડે એરડી” એ કહેવતની પેઠે હવાફેરની સાથે પાર્શ્વફેર પણ થાયછે, તેમજ રહેવા કરવાના સ્થળનો પણ પાલટો થાયછે તેથી દરદીની નખીઅતપર તેની થોડી ઘણી પણ સારી અસર થયા વિના રહેતી નથી.

## સ્તનપાન.

અચ્ચું જન્મ્યા પછી આશરે ચાર પાંચ કલાક સુધી શુદ્ધ હવા સિવાય ખીજ કાંઈપણ ખોરાકની તેને જરૂર નથી, પણ માત્ર માતાના શરીરની તેમજ આરીક પોતના ફાનત્ર વગેરે નરમ કપડાની ઢુંકની તથા ઉંઘની આવશ્યકતા છે.

બાળકોને તેમની ઉમરના પ્રમાણમાં દરરોજ કેટલીવાર ધવરાવવું તે માટે સર્વને લાગુ થઈ શકે તેનો ચોક્કસ નિયમ બાંધી શકાય તેમ નથી; કેમકે સઘળી માતાનું ધાવણ હમેશાં સરખું પુષ્ટીકારક હોતું નથી, તેમ સઘળાં બાળકમાં ધાવણ પચાવવાની સરખી શક્તિ હોતી નથી, વળી દાંત આવવા વગેરેની અમુક સ્થિતિ પ્રસંગે તેને ઓછું વધતું ધવરાવવું પડેછે, જેથી તે સંબંધે જરૂર જણાતા ત્યારે અચ્ચાની તથા તેની

માતાની સ્થિતિની હકિકત કુશળ તખીયને કાને નાખીને તેની યોગ્ય સલાહ મેળવી તે પ્રમાણે અનુસરવું જોઈએ.

બચ્ચાના જન્મ પછી તેને સહજ કોકીલા પાણીએ નવરાવવામાં આવેછે, તે પછી થોડા કલાકે તેને ધવરાવવું જોઈએ. માતાને કદાપિ તે વખતે ધાવણુ ન આવતું હોય તોપણ બચ્ચાને સ્તને વળગાડવાને તજવીજ કરવી. એ પ્રમાણે કર્યાથી સ્તનમાં સત્વર દૂધ આવવાની કુદરતી ક્રિયા શરૂ થશે.

પ્રસવ થયા પછી બહુમાં બહુ તો ૨૪ થી ૪૮ કલાકની અંદર સ્તનમાંથી પાણી જેવું ધાવણુ વહુટેછે. પ્રથમનું ધાવણુ રેચક હોયછે તે કુદરતી જીલાયની ગરજ સારેછે, એટલે તે ધાવણુ ધાવનાર બચ્ચાના પેટમાં મળ હોય તે દૂર કરેછે.

બચ્ચું અવતરે ત્યારે તેને ગોળ અથવા પતાસાનું પાણી પામાથી તેના પેટમાં ખટાશ થાયછે, અને પવન દોડેછે તેથી તે રડેછે, માટે કદાચ તેવું પાણી પાચું હોય તો તેને ઓડો સાફ આવવા માટે સહજ એરડીયું આપવું સલાહકારક કહેવાયછે.

દિવસના ભાગ કરતાં રાતના ભાગમાં ઓછી વખત ધવરાવવું. બન્ને સ્તને વારાફરતી ધવરાવવું. બનતાં સુધી નિયમિત વખતે ધવરાવવું. વખત એવખત ધવરાવવું સલાહકારક ગણાતું નથી. બાળક સારી રીતે ઉઘીને ઉઠે તે વખત તેને ધવરાવવા માટે વધારે સારો ગણાયછે.

બાળક જ્યારે ભૂખ્યું થાયછે ત્યારે ધાવવા સિવાય બીજી એકે ચીજ તરફ તેનું ચિત્ત ચેંદતું નથી. તે જ્યારે ભૂખ પૂરતું ધાવણુ ધાને ત્યારેજ તેના મનની શાંતિ થાયછે. સ્તનપાન એ જેમ તેની ભૂખની તેમજ તૃપ્તિ પાણુ તૃપ્તિ કરેછે.

ધાવવું, ઉંધવું, પાછું જગવું, આંખ ઉઘાડીને જરાતરા જેવું, વળી ધાવવું, પાછુ ભૂખ લાગતાં લગી શાંતિથી ઉંઘ્યા કરવું એજ

નાનકડાં લુલકાનું કર્તવ્ય સમજાય છે ! એ સુખી જીવડાને એ વિના ખીજે ધધો પણ શું હોઈ શકે !

બચ્ચું પોતાની માતાને જોઈ આતુર થઈ ધાવવાની ખુશી બતાવે ત્યારે ધારવું કે તેને ખરેખરી ભૂખ લાગી છે, અને ધાવતાં ધાવતાં ધીમું પડે, રમત કરવા માંડે ત્યારે માનવું કે તેની ભૂખની તૃપ્તિ થઈ ગઈ છે.

ધવરાવવાને માટેજ બાળકને તેની મીઠી નિદ્રામાંથી કદી જગાડવું નહીં. ભૂખ લાગશે એટલે એની મેજે જાગશે, ને માતા તેને તુરત નહીં ધવરાવે તો રડીને તે ધાવવાનું માગશે.

બચ્ચું ધાવાને એકે તો પાછું તરતજ તેને ધવરાવવાની જરૂર ધારવી નહીં. વચ્ચમાં થોડો વખત જવા દઈને પુનઃ ધવરાવવું, તેમ કરતાં તે કદાપિ પાછું ભૂખ્યા કરે તો તે માટે દાકતરની સલાહ લેવી.

ભૂખથી અધીક ધવરાઆથી અજીર્ણ તથા બાદી વગેરે બાધિ થવાનો સંભવ છે. ભૂખથી એાછું ધવરાવવાનું ચાલુ રાખે તો પોષણ એાછું મળતું રહેવાથી શરીરમાં નબળાઈ આવી જતાં તેને કોઈ કોઈ પ્રકારની ખીમારી લાગુ પડે એ સ્વાભાવિક છે.

સખ્ત મહેનત કરીને માતા થાકી ગઈ હોય ત્યારે તેણે બચ્ચાને તુરત ધવરાવવું નહીં જોઈએ. ધવરાઆ પછી તરતજ તેને નવરાવવું નહીં જોઈએ, અને નવરાઆ પછી એકદમ તે બચ્ચાને ધવરાવવું નહીં જોઈએ. ધવરાઆ પછી તેને જોરથી ઉછાળવું નહીં, અથવા ઝોળીમાં મૂકીને મોટા હોંચકા નાખવા નહીં. કાંઈ ખાસ કારણ સિવાય તેને કદી બળાતકારે ધવરાવવું નહીં અગર દૂધ પાવું નહીં.

માતાએ સમજે પોતાની જાગતી સ્થિતિમાં બચ્ચાને ધવરાવવું એ ઉત્તમ છે, સીધા બેસીને તેને છેક જાતી આગળ રાખીને ધવરાવવું એ મધ્યમ છે અને ઉભાં ઉભાં ધવરાવવું એ કનિષ્ઠ છે.

કેટલીક માતાઓ બાળકને પડખામાં રાખી ધવરાવતી ધવરાવતી ઉંઘી જાય છે અને બચ્ચું પયોધર મોઢામાં રાખી ચુસ્ત કરે છે. આવી રીતિમાં જો તે માતાનું પયોધર અથવા પડખું બચ્ચાના નાક ને મોં ઉપર વધારે વખત રહે અથવા તેના મોઢાપર ઓશીકું કે કપડું આવી જાય તો તે શ્વાસ બરાબર લેઈ શકે નહીં અને ગુંગળાઈને મરી પશુ જાય. માની ઘોર નિદ્રા હોય તોજ એ પ્રમાણે અને છે. કોઈ માતા બચ્ચાના મોઢામાં સ્તન આપીને તેને પડખામાં ઉંઘવા દે છે, તેવી આદત રાખવી એ નુકસાનકારક છે.

ઓરડાના બંધ વાયુથી, તથા દિવસે સૂઈની ગરમીથી બાળકને પાણીની તરસ લાગે ત્યારે તેને પાણી પાવાથી તે શાંત થશે. એવી તૃપ્તિ વખતે ધવરાવવાની જરૂર નથી.

બચ્ચું જ્યારે જ્યારે રડે ત્યારે ત્યારે તે માત્ર બૂખ લાગવાથીજ રોતું હશે એવા ખોટા ખ્યાલથી તે રડે તે નમામ વખતે તેને ધવરાવવામાં આવે તો તેથી તેની નાજુક હોઝરીપર અસાધારણ ભાર થાય છે અને પરિણામે તેને ઝાડો ને તાણ વગેરે દરદ થઈ આવે છે. ધવરાવવાનો કાંઈ પણ મેળ હોવો જોઈએ કે નહીં ?

રોવા રોવામાં પણ ફેર હોય છે, બૂખનું રડવું ને બીજા દુઃખનું રડવું એ પ્રથક પ્રકારનું હોય છે. માતા જો ઘણી ચતુર અને ટેવાએલી હોય તો તે ઘણુંકરીને વરતી શકે છે.

બૂખ સિવાય બચ્ચાંઓ બીજા ઘણાં કારણથી રડે છે, તેવાં કેટલાંક કારણો આ પછીના વિષયમાં દર્શાવવામાં આવ્યાં છે.

ધવરાવતી વખત માતાએ હમેશા ખુશમિનજ રાખવો. પોતે ચુસ્તમાં, ગભરાટમાં, બહુજ શોકમાં, કોઈ તરેહની ધાસ્તીમાં કે ઉસ્કે-રાપેલી હાલતમાં હોય તે વખતે બાળકને ધવરાવવું એ અનિષ્ટ છે, કેમકે

તેવી દાક્ષતમાં ધાવણ બગડતું હોવાથી તે ધાવનાર બાળકને વિપક્ષ થઈ પડતાં તેને કોઈ જાતની બીમારી લાગુ થવાનો સંભવ છે.

કેટલીક માતાઓને એવો ખ્યાલ હોય છે કે પોતાના ધાવતા બચ્ચાને જોઈતાં ગરમ કપડાં પહેરાવી તેને સાથે લઈને પોતે ગમે તેવી શરદીમાં ફરે તો તેથી તે બચ્ચાને કશું નુકસાન થશે નહીં, પણ એ માનના બુદ્ધિભરેલી છે; કેમકે માતા શરદીમાં ફર્યા કરે અથવા વરસાદથી ખૂબ ભીંજાય તો તેને પોતાને વખતે શરદી થવાનો સંભવ ગણાય, અને એ પ્રમાણે જો અને તો તેની બૂરી અસર તેને ધાવનાર બચ્ચાને થવા લાગેજ રહે છે. કેટલીકવાર અને છે એવું કે એવી શરદી લાગુ પડેલી માતા હયાત રહે છે પણ તેની શરદી તેના ધાવણ બાળકની ધાતક નીવડે છે, ને તે બિચારું નિરપરાધી બાળક મરણ પામે છે.

પોતાના બચ્ચાને પોતે ધવરાવવું એ માતાની કુદરતી ફરજ છે, સ્વભાવ છે, પરિવ્ર લક છે, એક મોજ છે. પોતાના બચ્ચાને પોતે ધવરાવવું એના સરખો બીજો હરખ, બીજી ઉમેદ, બીજી આશા, બીજી મગરૂરી માતાને માટે હોઈ શકે નહીં. બચ્ચાનો જન્મ થવાની સાથે માતાના સ્તનમાં પ્રભુ ધાવણ ઉત્પન્ન કરે છે એથી પણ સ્પષ્ટ થાય છે કે પોતાના ફરજદને પોતે ધવરાવવું એ માતાની કુદરતી ફરજ છે, ધર્મ છે.

જંગલનાં જનાવરોની માદા પણ પોતીકાં બચ્ચાને ધવરાવવા માટે કેટલીબધી હોંસીલી ને આતુર હોય છે ! સિંહ સરખા દિસક પ્રાણીની માદા પોતીકા બચ્ચાને આશરે જ માસ સુધી સ્નેદથી ધવરાવે છે.

પોતાને જન્મ આપનાર માતાનું સ્તનપાન તે વાસ્તવિક રીતે જોતાં નિઃખાત્રસ સ્નેદપાન છે. અમૃતપાન છે. પોતાની માતાને ધાવનાર બાળકોનું મરણ પ્રમાણે ઓછું આવે છે, તથા તેમને અજીર્ણ તથા ઝાડા વગેરેના વ્યાધિ ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ બહુ ઓછો રહે છે. બચ્ચાને જેવું પોતાની માતાનું ધાવણ માફક

આવેછે તેવું બીજી કોઈ ધાવનું કે કોઈ જનવરનું દૂધ માફક આવવાનો સંભવ ઓછો છે. તરતના અવતરેલા બાળકને તો તેની માતાના દૂધ સિવાય બીજા કોઈ પણ ખોરાક બહુ ઉપયોગી નીવડતો નથી.

પોતાના અધ્યાને ધવરાઆથી જેમ તે બાળકની તેમજ તેની માતાની તબીબન સારી રહેછે. પોતાની માતાના ધાવણથી પોપણ પામેલું અધ્યુ આસુદું થવાનો વધારે સંભવ છે.

પણ અફસોસ કે પોતાના અધ્યાને પોતે નહીં ધવરાવતાં ભાડુતી ધાવને તે કામ સોંપવાની ફાકટની શીશીઆરી આજકાલ કોઈ કોઈ દેશોએ દાખલ થયેલી જણાયછે. એ પ્રમાણેનો બનાવ તે એક જાતની બદી છે. જમાનો સુધારામાં જેમ ઘણી બાબતોમાં આગળ વધેછે તેમ ફેટલાક પ્રકારના બગાડમાં પણ તેણે પ્રવેશ કરેલો જેવામાં આવેછે એમ આ અને એવી બીજી ફેટલીક બાબતોથી સ્પષ્ટ જણાઈ આવેછે.

જે માતા ખોટા મોજની ખાતર, પોતાનાં નાબુક તથા નિર્દોષ બાળકને પોતે ન ધવરાવતાં ભાડુતી ધાવને સોંપેછે તે માતા દયા વગરની છે, કુદરતી ખાર વગરની છે, પાપી છે. અમુક પ્રકારની દૃષ્ટિએ જેતાં તેને ધાતકી પણ ગણી શકાય. ધવરાવવાનું જેખમી કામ બીજાજેખમી ધાવને સોંપી પોતે મુક્ત થાયછે, એ પ્રમાણે કુદરતના કાયદાથી વિરુદ્ધ વર્તનાર માતા પોતાના બાળકનેજ નહીં પરંતુ જગતને પણ અન્યાય આપનારી તેમજ કુદરતની અવગણના કરનારી છે. જે જન્મ આપવાને શક્તિવાન થઈ તે ધવરાવવાને પણ શક્તિવાન કેમ ન હોઈ શકે? પરંતુ પોતાનું શરીર બીજાના મનનું આકર્ષણ કરે તેવું રાખવા માટે, અલુચ્છતા મોજશોખ ભોગવવા માટે, નાટક ચેટકમાં ને બીજી મંડળીઓમાં ગમે ત્યારે ભેળાવા માટે, વગેરે વગેરે કારણ—અકારણથી આ ફાકટની શીશી—આરીએ, આ ફેશનની શીશીઆરીએ પ્રજામાં દાખલ થવાનું બહુ ધીમે પણ મજબૂત કદમે શરૂ કરેલુંછે. પારસી સરખી આગળ પડતી કામમાં

આ બધી પ્રમાણમાં વધારે છે એમ જાહેર થાય છે. હિંદુઓ તથા મુસ-લમાનોમાં તેના પ્રમાણમાં ઓછી લાગે છે, પરંતુ તેમાં પણ એ બધીએ થોડો પણ પગપેસારો કર્યો છે એમ કબૂલ કર્યા વગર ચાલે તેમ નથી.

ગર્ભપાત કરનારને માટે રાજ્યના કાયદામાં અમુક શિક્ષા ફરમાવેલી છે; તે ખાસ અનિવાર્ય કારણ સિવાય માત્ર ધિક્કારપાત્ર મોજાઓ તથા શેખી ખાતર જે માતા પોતાના બચ્ચાને ન ધવરાવતાં ધાવને સોંપી તેને કેટલીક જાતની જાથુકની નુકસાની થવાનો અવગણિત પ્રસંગ આવે છે, અથવા તેના મરણશરણુ માટે આડકતરી રીતે કારણભૂત થાય છે તેવી માતાને કાયદાથી શા માટે કાંઈ પણ શિક્ષા ન થવી જોઈએ તે હું સમજી શકતો નથી.

નહીં ધવરાવનારી માતાની તનદુરસ્તી સારી રહેવાનો સંભવ નથી; વળી પોતાના બચ્ચાને ધાવને સોંપ્યાથી તે સગી મા મટીને એક પ્રકારે સાવકી માની સ્થિતિમાં આવે છે. નહીં ધવરાવવાથી તે પોતાના બચ્ચા તરફ નગુણી થાય છે; વળી તે પુરી માતા નહીં પણ અરધી માતાની સ્થિતિમાં આવે છે. સંસારમંડળ તરફ તેમજ નીતિરીતિ તરફ અન્યાય કરવા સરખું તે કરે છે. પોતાના બચ્ચાને નહીં ધવરાવ્યાથી બચ્ચાનો એવી મા ઉપર તથા માનો બચ્ચાપર ખાર ઓછો જામે છે, ખાનદાન બગડી જાય છે, ઉંચા કૂળની ખાશીયત જાય છે અથવા કમી થાય છે.

એક ઘેટાનું બચ્ચું બકરીને ધાવતું હતું તેથી તેના ઘણાખરા ગુણ બકરા જેવા થઈ ગયા હતા; તેના શરીરપર ઘેટાના સરખી ઉનને બદલે બકરાના જેવા વાળ ઉગ્યા હતા; તેજ પ્રમાણે એક આગક ખીજા આગકની માને ધાવ્યાથી પારકા જોડી સાથે તેના ખરાબ ગુણ તે ખરાબ સ્વભાવ હોય તે તેનામાં સ્વાભાવિક રીતે ઉતરી આવે છે. ધાવ જો છાકટી હોય તો તેને ધાવનાર બચ્ચાં લવિષ્યની જીંદગીમાં છાકટાં થવાના દાખલા નોંધાએલાં છે.

ધાવને ઉપદેશ, ક્ષય, ફેફસે કે કંઠમાળ આદિ એવી રોગ હોય તે તેણીને ધાવનાર અચ્ચાને તેવો વ્યાધિ થવાનો સંભવ છે.

પોતાના અચ્ચાને તનદુરસ્ત માતા પોતેજ ધવરાવે તો એવી ધણી જાતની ખરાબી થતી અટકે.

પોતાના ખારા સંતાનને પોતાની ગેરહાજરીમાં કોઈ હલકી પંકિતની સ્ત્રીએ ધવરાવ્યાનું પોતાને જણાતાં એક રમ્મપુતાણીએ તે ધાવણુ ઓકાવી કાઢવાની તજવીજ કરી હતી.

અસહની એક રમ્મપુતાણીએ પોતાના પુત્રને લગાઈમાં જતી વખતે કહેલું કે, પુત્ર, જોજે; યુદ્ધ પ્રસંગમાં તું મારા દૂધને લગવીશ નહીં. આ ઉપરથી પણ માત્રમ પડશે કે એક લાયક માતાના દૂધની કેટલી બધી અસાધારણ કિંમત છે !

એક ચાકરડીને કાંઈ પણ સમજ કારણ વિના પોતાના બાળકને ધવરાવવા દેવું એ કેટલું બધું અનિષ્ટ છે ? એવી ચાકરડીઓએ અચ્ચાને પોતીકાં કદી સમજતી નથી, જેથી તેના અંતઃકરણમાં ખરી માતાના જેટલો ઉમંગો ને ઉમંગ શીરોતે ઉદ્ભવે ? ખરી માતાની ગરજ એવી ભાવુતી માતાથી શી રીતે સરી શકે ?

આપણી પરમ કૃપાળુ સ્વર્ગવાસી મહારાણી શ્રી વિક્ટોરીઆ દેવીને બચપણમાં તેઓની માતાએ ધવરાવેલ, તેજ પ્રમાણે તેઓએ પણ પોતાનાં તમામ ફરજદને પોતેજ ધવરાવીને ઉત્તમ રીતે ઉછેર્યાં હતાં એ ખીના કેટલીબધી સ્તુતિપાત્ર તેમજ સવળી માતાઓએ અનુકરણ કરવા યોગ્ય છે ! ધોડા લેવા લાયક છે ! તેઓ નામદાર એક માતાની ખરેખરી ફરજ શું છે તે યથાર્થ સમજતાં હતાં. તેઓશ્રી જો ધારત તો ગમે તેવી ઉચ્ચ પ્રકારની ધાવને એ કામ માંડે શકી શકત એમ કહેવાની કશી જરૂર નથી.



ધાવ ન છૂટકે ક્યારે રાખવી જોઈએ ? માતા ક્ષય, ઉપદંશ, ફેફસ, દાવાનાપણું કે એવા બીજા ઉડતા રોગવાળી હોય, તે આશરે ત્રણ માસથી ગર્ભવંતી થયેલી હોય, કોઈપણ કારણથી તેના શરીરમાં બહુજ નબળાઈ આવી જવાથી ધવરાવવાને અશક્ત થઈ પડી હોય, તેનું સ્તનપાન કોઈપણ કારણથી બાળકને માફક આવતું ન હોય એવી સ્થિતિમાં દાકતરની સલાહ મળે તો ધાવ રાખવી જોઈએ.

ધાવ કેવી જોઈએ ? શાંત સ્વભાવની, આનંદી, તન તથા મનથી નીરોગી તથા સમજુ જોઈએ. શહેર કરતાં ગામડામાં રહેનારી હોય તો તે વધારે પસંદ કરવા લાયક છે. જેટલી ઉંમરનું માતાનું બચ્ચું હોય તેટલીજ આશરે ઉંમર તે ધાવના બચ્ચાની હોવી જોઈએ. એકાદ માસ કરતાં વધારે ફેર હોવો નહીં જોઈએ, કેમકે જો વધારે બુદ્ધતનો ફેર હોય તો તેમની ધાવણુ એ બાળકને બરાબર માફક આવતું નથી.

એવી ધાવે પોતાના બચ્ચા ઉપરાંત બીજા એકથી વધારે બચ્ચાને ધવરાવવું નહીં જોઈએ.

ધાવ જો ગર્ભવંતી થયેલ હોય અને તે ગર્ભ ત્રણેક માસનો થયો હોય તો તેનું ધાવણુ ધવરાવવું નહીં જોઈએ.

ધાવને અટકાવ આવનો હોય તો તેનું ધાવણુ બરાબર પુખ્તીકારક થઈ પડવાનો સંભવ નથી.

બચ્ચું જ્યારે ધાવનું હોય ત્યારે તેને ધવરાવનારીની તનદુરસ્તીની બરાબર સંભાળ રાખવાની બેવડી ફરજ છે.

ધાવે ખોરાક સાદો, પૂરતો, પુખ્તીકારક, જૂદીજૂદી જાતનો અને તે પોતાને બરાબર પચે તેવો લેવો જોઈએ. બહુ મસાલેદાર અને બહુ ખટાશયોગો ખોરાક લેવો ન જોઈએ. બહુ ખાટા ફળ ખાવાં ન જોઈએ. સારી જાનનાં ફળો ને જૂદીજૂદી જાતની શાકભાજી પોતાની પ્રકૃતિને માફક આવે તે પ્રમાણે વખતોવખત વાપરતાં રહેવું જોઈએ.

દૂધ લેતા રહેવું જોઈએ. ઘણા ચા કે કાશી પીવી ન જોઈએ. નિર્મળ વાયુનું સેવન અને માફકસરની મહેનત કરતા રહેવું જોઈએ. ઉગ્ગર કરવા નહીં જોઈએ પણ પૂરતી ઉંઘ લેવી જોઈએ. અપવાસ કરવા નહીં જોઈએ. ખાનપાનમાં જોઈતી પથ્થ પાળવી જોઈએ.

બાળકને જન્મ આપનાર માતા પોતાના અગ્નિને ધવરાવતી હોય તેને પણ આમાંના ઘણાખરા નિયમો અનુસરણીય છે.

અગ્નિને ધાવણ ક્યારે છોડાવવું? તેને માટે એક ચોક્કસ નિયમ આંધી શકાય તેમ નથી. પહેલા ચાર દાંત આવ્યા પછી અને બાળકમાં બોલી નવ દશ માસની ઉંમર પછી અને બહુ તો સવા વરસની ઉંમર સુધીમાં સામાન્ય નિયમે ધાવણ છોડાવવામાં આવે છે. બાળકની તથા તેની માતાની તબીયત ઉપર પણ તે વિષેનો આધાર રાખવો પડે છે. કુદરત અગ્નિને ખોરાક ખાવાને લાયક કરે, ને શરીરે તે ક્રમેક્રમે વધતું હોય ત્યારે તેને ધીમેધીમે ધાવણ છોડાવતા જવું જોઈએ. એકદમ ધાવણ છોડાવ્યાથી અગ્નિની તબીયત બગડવાનો સંભવ છે. ધાવણ મૂકાવવામાં આશરે માસ દોઢ માસની મુદત લેવી જોઈએ. બનતા સુધી ખરા ઉનાળાની મોસમમાં કે તેને દાંત આવતા હોય ત્યારે કે તે આજરો પડી ગયું હોય તે વખતે ધાવણ મૂકાવવું નહીં જોઈએ. એકદમ ધાવણ મૂકાવ્યાથી અગ્નિને બેચેની, અશુભ કે ઝાંડો થઈ આવે છે.

અગ્નિ જેમ લાંબી મુદત સુધી ધાવે તેમ માતાને અશક્તિ આવે છે, તેમજ કોઈ વાર તેથી પ્રદરને રોગ પણ થાય છે.

કવચિત્ત્રણ ચાર કે પાંચ વરસનાં મોટાં બાળક વાછરડાની પેઠે માતાને ધાવતાં જોવામાં આવે છે!!

## અવાચક બચ્ચાનાં રડવાનાં કેટલાંક કારણો.

તરતતુ જન્મેલું બચ્ચું ઠંડા વાયુનો પ્રથમ સ્પર્શ થતાં રડે છે તે તનદુરસ્તીની નિશાની સમજવી. બચ્ચું રડે છે તેથી તેના ફેફસાંને કસરત મળે છે. રડવાથી ફેફસાં તથા છાતી ખીલે છે અને શ્વાસોચ્છ્વાસ વધારે લેવાનાં લોહી સ્વચ્છ થાય છે. ખીળા અવધવને જેમ કસરતની જરૂર છે તેમ ફેફસાંને માટે પણ તેની જરૂર છે. બચ્ચું જરા પણ રડે તેથી તેની તબીબત બગડશે એમ ધારવું એ ભૂલભરેલું છે. એક દાકતરે કહેલું છે કે “જે બચ્ચું ખીલકુલ રડે નહીં તે દરદી, સુસ્ત અથવા ગાંડું નીવડવાનો સંભવ છે.”

બચ્ચું કાંઈ દુઃખ થવાથી રડતું હોય તો તેને શું દુઃખ છે તે શોધી કાઢી તે દૂર કરવાની તજવીજ કરવી ઘટે છે, પરંતુ તે રડ્યું એટલે ભૂખ લાગવાના કારણથીજ રડતું હશે એમ હમેશાં માની લેવું એ ભૂલભરેલું છે.

બચ્ચું જેમ ભૂખથી રડે છે તેમ પાણીની તરસ લાગવાથી પણ રડે છે. તે જેમ પેટમાં જોઈએ તે કરતાં વધારે દૂધ ગયાથી રડે છે તેમ ધાવણ નહીં પાચન થવાથી પણ રડે છે. શરીરને બહુ ઠંડી લાગ્યાથી રડે છે તેમ બહુ ગરમી લાગ્યાથી પણ રડે છે. એક પડખે વધારે વખત સુધી સુતાથી અંગ તપી ગયું હોય તો રડે છે તેમ ખીજી રીતે તેને થાક લાગ્યો હોય તોપણ રડે છે. હાથ પગ દબાણમાં આવી ગયેલ હોય તો રડે છે તેમ બટન, બોરીયું, હુક કે ટાંકણી ખુંચે કે વાગે તો તેથી પણ રડે છે. તેને પહેરાવેલું કપડું તંગ હોય તો રડે છે તેમ મોઢાપર કપડું આવી ગયું હોય તોપણ રડે છે. મચ્છર, માંકડ કે કીડી વગેરે કરડતું હોય તો રડે છે તેમ આંખપર ઘણો પ્રકાશ પડવાથી પણ રડે છે. આંતરડામાં વાયુનો ઉપદ્રવ થવાથી કે પેટમાં દુખવાથી રડે છે તેમ દાંત

કુટતા હોય તેની પીડાથી પણ રહે છે. પેશાબ અથવા ઝાડો થયાથી તેના શરીરને બીનું લાગતું હોય તો રહે છે તો પગ બહુ ઠંડા થઈ ગયાથી પણ રહે છે. કાનમાં ચસ્કા આવતા હોય તો રહે છે તેમ માથું દુખતું હોય તો પણ રહે છે. કોઈ જાતની ધાસ્તીથી અથવા મોટા ઘડાકા વગેરે સાંભળીને રહે છે તો પીવાનું દૂધ કે ન્હાવાનું પાણી રોજના સામાન્ય નિયમ કરતાં થોડું વધારે ગરમ, કે વધારે ઠંડું હોય તો પણ રહે છે, અર્થાત્ રડવાનું હમેશ કાંઈ અમુકજ કારણ હોતું નથી. કાંઈ પણ કારણથી પોતાને કાંઈ પીડા કે અડચણ થતી હોય તે દૂર કરવાનું રડીને તે સુચવે છે. મોટે રડવાનું જે વાસ્તવિક કારણ જણાય તે દૂર કર્યાથી તે આપડું રડતું બંધ પડીને રમવા લાગશે અથવા નિરતિ પોઢી જશે.

કેટલીક પ્રકારના દુઃખ અમુક નિશાની ઉપરથી સહેલથી સમજી શકાય છે. જે તેને કાનમાં કાંઈ દુખતું હોય તો તે કાનમાં આંગળી ખોસે છે અથવા ખુદ તે કાનને ખેંચે છે અગર પોતાનો હાથ તે કાન પર રાખે છે. પોતાના અગર જે ઠેકાણે તે પોતાનો હાથ વારંવાર લગાડે અને એ ઠેકાણે ખીજા કોઈને હાથ લગાડવા દે નહીં તો એ ઉપરથી તે ઠેકાણે તેને કાંઈ દુઃખ થાય છે એમ અનુમાન કરવું જોઈએ.



## દૂધ.

મનુષ્યના સઘળી જાતના ખોરાકમાં દૂધ સૌ કરતાં અગત્યનો દર-જાનો ભોગવતું આવેછે. એના જેટલી ખીજ કોઈપણ પોષણકારક તથા પુષ્ટીકારક ખોરાકની ચીજ નથી. અમુક જાતના ખોરાકની ચીજ અમુક દેશના લોક વાપરેછે પણ તે ચીજ ખીજ અમુક દેશના લોક વાપરતા નથી. અમુક જાતની ચીજ એક પ્રદેશમાં અમુક વખતે વપરાતી પણ હાલ તે ચીજ ત્યાં નથી વપરાતી. અમુક જાતની ચીજ અમુક લોકને પસંદ હોયછે પણ તે અમુક લોકને પસંદ નથી હોતી, વળી એક મુલકમાં પણ અમુક જાતની ચીજ અમુક વ્યક્તિ વાપરેછે અને અમુક વ્યક્તિ તે ખીલકુલ વાપરતી નથી, પરંતુ દૂધને માટે તેવું કશું નથી. દૂધ એ એક એવા પ્રકારનો ઉમદા તથા સર્વામાન્ય પૌષ્ટિક ખોરાક છે કે આખી દુનિયાના તમામ લોકો કોઈ પણ જાતના ભેદ અને અલગતા વગર પરાપૂર્વથી-કાદોકદમીથી જન્મથી અતંતર્યત તેનો છૂટથી ઉપયોગ કરતા આવ્યાછે.

દૂધ એ નાના બચ્ચાનો તો ખાસ ને સર્વોત્તમ ખોરાક છે. આખી દુનિયાનાં બાળકો બચ્ચાણમાં દૂધ ઉપરજી ઉછરતા આવ્યાછે, અને આવેછે. પાચન થાય તેટલા પૂરતા દૂધનો ઉપયોગ કરનાર હુષ્ટ પુષ્ટ, બળવાન અને દીર્ઘાયુષી થાયછે. શરીરના પોષણ માટે જોઈતાં પાણી, ચરબી, સાકર, ઘી, ખાર વગેરે તમામ તત્ત્વ ન્યૂનાધિક પ્રમાણમાં કુદરતે તેમાં મૂકેલાંછે, તેથી દૂધ એ પૂર્ણ ખોરાક કહેવાયછે. કોઈ પણ માણસ ખીજ કોઈ પણ જાતનો ખોરાક ન લેતાં માત્ર દૂધ ઉપરજી અમુક મુદત લગી કે આખી જીંદગી સુધી પોતાનો ગુજારો કરવા ધારે તો તે તેમ ખુશીથી કરી શકેછે.

દૂધ એ સહેલાઈથી પાચન થઈ શકેછે, તેમજ તે સહેલાઈથી તથા સ્વસ્થતામાં જ્યાં ત્યાં મળી શકેછે. તે જેમ નાનાં બચ્ચાને માટે ખાસ

ખોરાક છે, તેમજ મોટા માણસને માટે પણ તે ઘણાજ ઉપયોગી ખોરાક છે. બાળક, યુવાન ને વૃદ્ધ; સ્ત્રી ને પુરુષ એ સર્વને એક સરખા રીતે તનદુરસ્ત સ્થિતિમાં, તેમજ માંદગીમાં પણ તે બહુ ઉપયોગી થઈ પડે છે, તેથી દૂધ એ અનન્ય ઔષધ તેમજ તે એક પ્રકારનું અમૃત પણ ગણાય છે. તનને સારી રીતે ટકાવી રાખવામાં, તથા જીંદગીને લંબાવવામાં તે એક આશીર્વાદ સમાન ઉત્તમ યોગ છે, તેથી થોડું ધણું દૂધ દરેક માણસે દરરોજ વાપરતા રહેવું એ તેમની આરોગ્યતાને માટે ઘણુંજ અવશ્યનું છે. દરદીને તો તે જીવનરૂપ છે.

નાના બચ્ચાને તેની માતાનું ધાવણુ જેટલું માફક આવે છે તેટલું ખીજનું દૂધ માફક આવતું જણાતું નથી. માતાના ધાવણુથી તેની તબીયતપર જેટલી સારી અસર થાય છે, તેટલી ખીજ ધાવના ધાવણુ વગેરેથી ઘણુંકરીને થતી નથી.

નાના બચ્ચાને તેની માતાના ધાવણુના અભાવે કે વધારા તરીકે બકરીનું, ગાયનું, બેંસનું, ઘેડીનું કે ગધેડીનું દૂધ આપવામાં આવે છે. ઘેડીનું દૂધ ખીજા જાનવરના દૂધને અભાવેજ વપરાય છે, તેમ બેંસનું દૂધ પણ જવદાને વપરાય છે. સામાન્ય રીતે ગાયનું કે બકરીનું અને કોઈ ખાસ પ્રકરણમાં ગધેડીના દૂધનો ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. અરબસ્તાનમાં સાંછળીનું દૂધ અને તાતારમાં ઘેડીનું દૂધ વાપરવામાં આવે છે.

બકરીના દૂધમાં વિચિત્ર સ્વાદ અને વખતોવખત જૂદીજૂદી જાતની ગંધ આવે છે. બકરી બહાર ગમે ત્યાં ફરીને મેલું કે સડેલું વગેરે જે મળે તે ખાય છે, જેથી તેનું દૂધ ગુણમાં ને સ્વાદમાં રોજ એકજ જાતનું નીકળવાનો સંભવ ઘણાજ ઓછો છે; માટે તેનું દૂધ જો નાના બચ્ચાની તબીયતને માફક આવે તો તે બકરીને બહાર ગમે ત્યાં ચરવા મોકલી ન દેતાં તેને ઘેર રાખીને અમુક જાતનો

ચારો કે દાણા ખવરાવવાનું રાખવું જોઈએ, કે જેથી તેના દૂધના ગુણ કે સ્વાદમાં ફેર પડે નહીં.

અચ્ચું બહુ નખળા બાંધાનું હોય તો તેને ગધેડીનું દૂધ માફક આવવાનો સંભવ છે. એ દૂધ ઓછી ચીકાશવાળું તથા ગામના દૂધ કરતાં વધતી મીઠાશવાળું હોય છે, તથા તે જરવામાં પણ હલકું છે. તે દૂધ તાજું મળે તો તેને ઉનું કરવાની જરૂર નથી.

ગધેડીનું દૂધ બધે ઠંડાણે અને જોઈએ ત્યારે મળી શકવું ઘણું મુશ્કેલ છે, જેથી સાધારણ રીતે અચ્ચાને માટે જનનવરના દૂધમાં ઘણું કરીને ગાયનું જ દૂધ આપણા દેશમાં વપરાય છે.

છેક નાના અચ્ચાને દૂધ પુમડાં અથવા ચમચા કરનાં બાટલીથી આપવું એ વધારે પસંદ કરવા યોગ્ય છે. દૂધ પાયા પછી તે બાટલી ગરમ પાણીથી તરત સાફ કરી નાખવી જોઈએ. જો દૂધ સહેલાઈથી પચે તેવી અચ્ચાની તખીયત સારી ન હોય તો તેમાં થોડું ગરમ પાણી દૂધ પાતી વખત ઉમેરીને તે તેને પાચન થાય તેવું કરવું જોઈએ. દૂધ ઠંડું પાવા કરતાં સહેજ ગરમ કરીને પાવું કેમકે અચ્ચાની તખીયતને તે વધારે માફક આવે છે. ઝાઝીવાર સુધી ઉકળીને ઘટ થયેલું દૂધ, વાસી દૂધ, બહુજ ઉનું તેમજ બહુજ ઠંડું થઈ ગયેલું દૂધ દેવું નહીં. છેક નાના ને નખળા અચ્ચાને તર કાઢી લીધેલું દૂધ આપવું. મોટા અચ્ચાને દૂધ આપવામાં આવે તેમાંથી તર કે મસાઈ કાઢી નાખવાની જરૂર નથી.

કેટલાક દૂધ વેચનારા દૂધમાં પાણી વગેરેની ભેળસેળ કરે છે, તો કોઈ વાર વાસી દૂધ આપે છે એ જાણીતી વાત છે, તેથી જો બની શકે તો ઘેર દુઝાગું રાખીને અચ્ચા માટે દૂધની સગવડ કરવી એ સલાહકારક છે; પણ તે પ્રમાણેની તજવીજ જેનાથી ન અને તેણે વેચાણીયું દૂધ નિખાલસ મળવા માટે યોગ્ય તજવીજ રાખવી જોઈએ. જો બની શકે તો પાસે ઉભા રહીને દૂધ દોવરાવી લેવું. આજ એક ગાયનું તો કાસે બીજી ગાયનું દૂધ એમ બદલાવદલ કરવું ન જોઈએ.

બચ્ચા માટે જે જનવરનું દૂધ લેવામાં આવતું હોય તે શરીરે નીરોગી હોવું જોઈએ. ક્ષય વગેરે એવી રોગવાળું હોવું ન જોઈએ, કેમકે એવા જનવરના દૂધદારા તે દૂધ પીનાર બાળકને તેવો રોગ થવાનો સંભવ છે, માટે તનદુરસ્ત જનવરનું દૂધ વાપરવું જોઈએ. દૂધ ઉનું કયાં વગર ઉપયોગમાં લેવું ન જોઈએ. દૂધ લૂગડાથી ગાળીને વાપરવું એ સલાહકારક છે.

ગાય, બેંસ વગેરેને દોહવામાં આવે તેમાં પ્રારંભમાં દોહેલાં દૂધ કરતાં છેવટના ભાગે દોહેલા દૂધમાં મલાહીનો ભાગ વધારે હોવાથી તે વધારે પ્રૌષ્ઠિક અને ગુણુકારી ગણાય છે. સાંજ કરતાં સવારનું દૂધ, ને રોજ એકથી વધારે વાર દોહવાય તેનાં કરતાં ફક્ત એક વાર દોહવાય તે દૂધ વધારે સારું હોય છે. “દૂધનું ગળું” અને જાશનું તળું” એવી આપણામાં કહેવત ચાલે છે, તે પ્રમાણે દૂધની ત્રાંબડીમાંથી ઉપરથી દૂધ લેવું એ ઉત્તમ, તેમજ જાશની દોણીમાંથી છેક તળીએથી જાશ લેવી સારી છે.

યુરોપ, અમેરિકા વગેરે મુલકથી પતરાના દાબડામાં આવતા દૂધને આપણે વિલાયતી દૂધના નામથી ઓળખીએ છીએ. કાંઈ કાંઈ માણસ તેવા દાબડાનું દૂધ બચ્ચા માટે વાપરે છે, પરંતુ તેવા દૂધમાં રોગના જંતુ નહીં હોય એમ ખાતરીથી કહી શકાય નહીં. વળી તે કાંઈ તાળું દૂધ કહેવાય નહીં, અને તાળા દૂધને એવું દૂધ કદી પહોંચી શકે નહીં. એવા દાબડાના દૂધમાં પાણી રેડાથી તેને તાળા દૂધ સરખું ગણવું જોઈતું નથી. એ પ્રમાણે હોવાથી તેનો ઉપયોગ ન છૂટકેજ કરવા સરખું છે. મતલબ ન્યાં સુધી તનદુરસ્ત જનવરનું તાળું દૂધ હરેક પ્રયત્ને મળે ત્યાં સુધી તેવું દૂધ પ્રાપ્ત કરીને તે બચ્ચાના ઉપયોગમાં લેવું એજ ઇષ્ટ છે.



## પાણી.

નિર્મળ પાણી, એ માણસની જીંદગીના નિભાવ માટે હવા અજવાળાથી ખીજ દરજ્જાની ખાસ જરૂરીયાતની ચીજ છે. માણસ ખોરાક વગર જોડો વખત ચલાવી શકે તેટલો વખત પાણી વગર કદી રહી શકે નહીં.

સ્વચ્છ પાણી તનદુરસ્તી સાચવવાનું એક સાદું સાધન છે. પાણી અસ્વચ્છ હોય તો તેને ઉકાળીને પીવું જોઈએ. પીવાના પાણીને દરરોજ એક એ વખત ગાળવું જોઈએ.

તાંબાનાં વાસણમાં ભરી રાખેલું પાણી વધારે પસંદ કરવા લાયક છે. વરસાદનું ઝીલેલું પાણી ઘણુંકરીને વાપરવા લાયક હોય છે. જે કુવાનું પાણી વાપરવામાં આવે તે કુવામાં સૂર્યનો પ્રકાશ પડતો હોય તો તે પસંદ કરવા યોગ્ય છે.

મલીન પાણીથી ખસ, દાદર, વાળો, તાવ, મરડો અથવા કોઝેરા વગેરે દરદ ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ છે, માટે જે પાણી પીવામાં વપરાતું હોય તેની સ્વચ્છતા તરફ ખાસ લક્ષ રાખવું જોઈએ.

દૂધમાં પાણીનો મોટો ભાગ હોવાથી ધાવતાં અથવા દૂધ પીતાં બચ્ચાંને પાણી પાવાની બહુ જરૂર પડતી નથી. બચ્ચું જેમ મોટું થાય તેમ તેને પાણી પીવાની વધારે જરૂર પડે છે. ઉનાળા વગેરેના તાપના વખતમાં બાળકનું ગળું પાણીના અભાવે સૂકાઈ ન જાય તે માટે કાળજી રાખીને તેને વખતસર પાણી પાતા રહેવું જોઈએ, અથવા તેને ધાવણું હોય તો તેને જરૂર જોડું ધવરાવવું જોઈએ, અગર ગળે શાંપ ન પડવા માટે જોડું પાણી બહુ ગરમીના વખતમાં પાવું જોઈએ.

શરીરની હાજતના પ્રમાણમાં જ્યારે જ્યારે તૃષ્ણ લાગે ત્યારે પૂરતું પાણી ધીમેધીમે પીવું જોઈએ, તરસના પ્રમાણમાં અને તરસ લાગે

કે તુરત પાણી પીવામાં ન આવે તો શારીરપ્રકૃતિને નુકસાન થવાનો સંભવ છે. ગટગટ કરીને એક સાથે વધારે પડતું પાણી પીવું નહીં જોઈએ. જમતી વખત વધારે પાણી પીવું ન જોઈએ. જમવાની અગાઉ આશરે એક કલાકે જોઈતું પાણી જે પીએ તેને પછી જમતાં જમતાં પાણી પીવાની કદાચજ જરૂર પડશે.

રાતે સૂતી વખત પાણી પીવું જોઈએ. સવારે ઉઠીને નિર્મળ ને ઠંડું પાણી પીવામાં આવે તો તનદુરસ્તી વધેછે. આ, કાશી, સોડા, અથવા લેમોનેડ વગેરે પીણાની ખાસ કારણ સિવાય કશી આવશ્યકતા નથી. કુદરતી સ્વચ્છ પાણી જેટલો ફાયદો કરેછે તેટલું કાઈ પણ મિશ્ર પીણું શરીરને જાથુનો ફાયદો કરનાર નીવડતું નથી.

મનુષ્ય શરીરમાં રૂઝેલા પાણીનો છે. પૃથ્વીપર જમીન કરતાં પાણીનો ભાગ વધારે વિસ્તારવાળો છે. પાણીનો ઉપયોગ શારીરિક બાંધાને બીનાશવાળો રાખેછે, અને તેની અંદરના કચરાને પીગળાવીને બહાર કાઢેછે, સિવાય તે પાચનક્રિયાને મદદ કરેછે.

## સૂર્યનો પ્રકાશ—અજવાળું.

સૂર્ય એ સૌથી મોટો દાકનર છે, અને કિરણ એ તેની દવા છે. એ કિરણની કિંમત સોના કરતાં પણ ઘણી વધારે છે, તેમજ તેની અસર બહુજ લાભકારક છે.

ઇટાલીઅનમાં એક કહેવત છે કે “ત્યાં સૂર્યનું અજવાળું દાખલ થતું નથી, ત્યાં રોગ જલદી દાખલ થાયછે,” જે ઘરમાં સૂર્યનાં કિરણ ન પેસે ત્યાં વૈદ્ય પેસી જાયછે! માણસને જેમ તે કિરણ બહુજ ઉપયોગી છે, તેમ વનસ્પતિને પણ તે આછાં ઉપયોગી નથી, કેમકે તે પ્રાણી તેમજ વનસ્પતિનાં જીવન ઉપર સરખી અસર કરેછે. સૂર્યના અજવાળામાં રહેનારના ચહેરાપર લાલી

દેખાયછે, તે તેના કિરણોના પ્રતાપ સમજવો. આડ વગેરે હરકોઈ જાતની વનસ્પતિપર સૂર્યના પ્રકાશ ધણો વખત પડે તો તે બરાબર ખીલી નીકળેછે.

અજવાળા—પ્રકાશ વગર આપણે છતી આંખે દેખી શકીએ નહીં. શરીરની ખીલવટ અને તનદુરસ્તીની સાચવણમાં સૂર્યની રાશની ધણો અગત્યનો ભાગ બજાવેછે. પ્રકાશ શરીરની શોભા પણ વધારેછે.

અજવાળાના અભાવે મન સુસ્ત ને ઉદાસ રહેછે અને શરીરમાં ખીમારી દાખલ થાયછે.

ઘરમાં જેમ શુદ્ધ હવાની તેમ સૂર્યના પ્રકાશની પણ અગત્ય છે. સૂર્યના પ્રકાશ ઝેરી હવાનો નાશ કરેછે, એવો પ્રકાશ બરાબર આવતો ન હોય એવે ખાણુ વગેરે ઠેકાણે ધણો વખત ગોંધાઇને કામ કરનારાઓનાં શરીર જોઇએ તેવાં ન વધતાં નખળાં રહેછે, અને તેમના ચહેરા નિસ્તેજ ને શ્રીકા જોવામાં આવેછે. અંધારી જગોમાં કામ કરનાર માણસ ગમે તેવો પુષ્ટિકારક ખોરાક ખાતો હોય તોપણ તેના ચહેરાપર લાલી કદી પણ આવી શક્તી નથી, માટે સૂર્યના પ્રકાશ ઘરમાં બરાબર પડે તેવી રીતની તેની બાંધણી હોવી જોઇએ, તથા તેમાં દરરોજ તેનો પ્રકાશ આવવો જોઇએ. બાળકના સૂવાના ઓરડાની આસપાસ એવી જગોએ આડ ઉગેલાં નહીં જોઇએ કે જેથી તે ઓરડામાં સૂર્યના પ્રકાશ છૂટથી આવી ન શકે. આ પ્રમાણે હોવાથી બચ્ચાને બનતાં સુધી અંધારામાં રાખવું નહીં. અંધારામાં રાખ્યા કરવાથી આંખના કેટલાક રોગ થાયછે. સૂર્યના પ્રકાશનો લાલ તેમજ ચોખ્ખી હવાનો લાલ જે બચ્ચાને ધણો વખત મળે નહીં, તે શરીરે બરાબર ન વધતાં 'ગ્રીગલ્' રહેવાનો ધણો સંભવ છે.

## અફીણમિશ્રિત બાળાગોળી.

નાનકડું બચ્ચું ગમે તે કારણથી રડીને માતાને કંટાળો આપે તે અટકાવવા ખાતર, અથવા બચ્ચું ઝડ પોતી જાય તો માતાને પોતાને આરામ ભોગવવાનો અથવા બીજું કામ કરવાનો અવકાશ મળવા માટે, બાળક જલદી ચાલવા શીખે એવી ખોત્રી બ્રમણથી, અથવા બાળાગોળી વગર બચ્ચું બરાબર ઉઠે નહીં, અને સારી રીતે ઉછેરે નહીં એવા ખોટા ખ્યાલથી આ દેશમાં અસંખ્ય માતાઓ પોતાના કામગી બચ્ચાંને અફીણમિશ્રિત બાળાગોળીનું, તો કેટલીક માતા નકરા અફીણનું બધાણુ કરાવે છે. એવું બધાણુ રોજંદું એક વારનું, કોઈને બે વારનું તો કોઈને એથી વધારે વખતનું પણ હોય છે. એ પ્રમાણે બાળકને ઝેર ખવરાવવાનું પરિણામ એ આવે છે કે તે જેમ તાત્કાલિક તેમજ લવિષ્યમાં અમુક પ્રકારે દુઃખી થાય છે, ને શરીરે હુણ્ણપુણ્ણ થઈ શકતું નથી.

બચ્ચું જરા રડીને કનડગત કરે તો તેને ઘોંટાડવાના અકસીર ધ-લાજ તરીકે એવી બાળાગોળી કે ખુદ અફીણ હાજર હોય છે ! બચ્ચું ગમે તે કારણથી જ્યારે ત્યારે રડ્યા કરતું હોય તો બાળાગોળી કે અફીણ રફતેરફતે વધારે આપવાનું ચાલુ કરવામાં આવે છે, એ અનિષ્ટ છે. રડવાનું કારણ હોય તે દૂર કરવું જોઈએ. કોઈ માતાને ધાવણુ બરાબર આવતું ન હોય જેથી બૂખ પૂરતું ધાવણુ નહીં મળ્યાથી તે બિચારું ચીડાઈને અવારનવાર રડ્યા કરે છે. કોઈવાર તે ઘોડીઆ કે પારણામાં સૂઈ સૂઈને થાકી ગયું હોય છતાં તેને માતા તેમાંથી ઝડ બહાર કાઢે નહીં તો તે મુગું પ્રાણી બિચારું રડીને તે વિષેની દાદ માગે છે.

કોઈ બાળકને કોઈ કોઈ પ્રસંગે નિદ્રા નથી આવતી ત્યારે તેનું ખર્ચ કારણુ ખોળવાની તરફી લેવાને કોઈ ખુશી હોતું નથી, તેમજ તેમને તેમાં કાંઈ તપાસ કે વિચાર કરવા સરખું હોય એવું પણ ભાગ્યેજ

જાણાય છે ! ઉંઘ આણુવા માટે ઝેરી બાળાગોળી દેવી એજ પહેલો અને છેલ્લો ઉપાય ગણાતો આવતો હોવાથી તેનો ઉપયોગ થતો આવે છે.

એવી બાળાગોળી કે અશીણુની ઝેરી અસરથી બાપડું બચ્ચું ઘેનમાં પડી રહે છે, અને એ પ્રમાણે ઘેનમાં પડી રહેવું એ જૂડો આરામ છે, છતાં માતા સમજે છે કે પોતાનું બાળક કરારથી ઉઘે છે ! એ રીતની માતાની એવી અજ્ઞાનતાને પરિણામે સંખ્યાબધ નિર્દોષ બાળકો સદ્દાની મીઠી નિદ્રામાં પોઢી જાય છે, તેનું તેવી માતાઓને થોડુંજ લાન હોય છે. કુદરતી ઉંઘનું કામ એવા કૃત્રિમ ઉપાયથી કદી પણ પાર પડતું નથી, અને બાળકને તેથી જોઈતી શાંતિ મળી શકતી નથી. જે બાળક આવા અનિષ્ટ વ્યસનથી મરણુ શરણુ ન થતાં બચે છે, તેની ભવિષ્યની જીંદગીમાં એ બાળાગોળીની સહજ પણ ખરાબ અસર પ્રકટ અથવા અપ્રકટપણે રહી ગયા વગર રહેતી નથી.

એવી બાળાગોળી કે અશીણુના બંધાણુની મુદતમાં વધારો થતાં વધારે પ્રમાણમાં આપવામાં આવે છે, અને તેથી નુકસાન પણ વધારે પ્રમાણમાં થાય છે. એ ઝેરની ઝેરી અસરથી બાળક શરીરે ગળતું જઈ રંગે પીળું રેચક સરખું થાય છે. ખુશમિજાજમાં રહી શકતું નથી, કોઈને તેથી દસ્તની કબજીઅત થાય છે, પાચનશક્તિ કમી થતાં બૂખ ઓછી લાગે છે, તેને પરિણામે કેટલીક જાતનાં બીજાં દરદ તેમને લાગુ થાય છે.

વસ્તુસ્થિતિ આ પ્રમાણે હોવાથી કોઈપણ માઆપે પોતાના બહાવા બચ્ચાને એવું બંધાણુ કદીપણ કરાવતું જોઈતું નથી. એવા બંધાણુ વિના બચ્ચાંની ચોખ્ખ માવજત ને સંભાળ રાખ્યાથી તે સારી રીતે ઉછરી શકે છે, તેમાં જરાપણ અંદેસો રાખવા સરખું નથી. અનુભવ કરી જોવાથી તે પ્રમાણુની પ્રતીતિ થયા વિના કદી રહેશે નહીં.

## દાંત.

સામાન્ય રીતે બાળકને બે વખત દાંત આવેછે. બચપણમાં તન-  
દુરસ્ત બચ્ચાંને આશરે છઠ્ઠે સાતમે મહિનેથી દાંત પુટવા માંડેછે, અને  
તે બે બહુજ દુર્બળ હોય તો વરસ સવા વરસની ઉંમર થયા પછી  
તેને દાંત ઉગવા માંડેછે. એવા પ્રથમના દાંતને દુધીઆ દાંત કહેછે. નીચલા  
દાંત પહેલા આવેછે, અને પછી તેની ઉપરના દાંત આવેછે. એવા થોડા  
દાંત આવ્યાથી સામાન્ય રીતે એમ મનાયછે કે દૂધ સિવાયની બીજી  
કાંઈ કાંઈ માફક આવે તેવી ચીજ ખાવા તથા પચાવવાને માટે કુદરતે  
તેને થોડું થોડું લાયક કરવા માંડ્યું, એમ સમજીને કેટલીક સાતિમાં  
એવા બચ્ચાંને આશરે સાત આઠ માસની ઉંમરે અબોટલુવિધિ કરાવ-  
વામાં આવેછે, પરંતુ એવા અન્નપ્રાશનનો સંસ્કાર કર્યાથી એમ સમજવું  
નહીં જોઈએ કે ત્યારથીજ તેને રોજ કાંઈ ને કાંઈ ખવરાવ્યા કરવું  
તેમાં અડચણ નથી.

બાળકને આશરે બે અઠી વરસની ઉંમર સુધીમાં સઘળા દાંત આવી  
રહેછે તથા તે પાંચ છ વરસની ઉંમરનું થયા પછી તે દાંતો વગર ક્રમે  
એક પછી એક એમ થોડી થોડી મુદતે પડવા માંડેછે.

ઘણાં વરસો સુધી ટકવાના દાંત આવવાનું બાળકને આશરે સાત  
આઠ વરસની ઉંમરથી શરૂ થાયછે, અને બહુમાં બહુ વીસ વરસની  
ઉંમર સુધીમાં બધા દાંત આવી રહેછે.

પ્રથમના દાંત પુટતા હોય તે બચ્ચાંને બહુ દુઃખદાયક થઈ પડેછે,  
કેટલાંકને એવા સંયોગમાં ઝાડો, ઉલટી, તો કાંઈને આંચકી વગેરે વ્યાધિ  
થઈ આવેછે. ઉંઘ બરાબર આવતી નથી, બેચેની બહુ રહેછે, તે ચીડીયું  
થઈ જાયછે, અને સહેલાઈથી ધાવતું નથી.

બચ્ચાંને દાંત આવતા હોય તેવા વખતમાં તેને કાણુ ચીજો કરડવા  
આપવી જોઈએ જેથી દાંત મજબૂત થાય. દાંત આવતી વખત ઘણાં

બચ્ચાં પોતાના અંગુઠાને ધાવેછે, તે પણ ઠીક છે. દાંત બરાબર આવ્યા પહેલાં ચાવવી પડે એવી ચીજ બાળકને ખાવા આપવી ન જોઈએ.

સામાન્ય રીતની મુદત વીતી ગયા છતાં કોઈ બચ્ચાને દાંત આવવા ન માડે, અથવા તે આડાઅવળા કે વાંકાચુંકા આવે તો તે વિશે દાંતવૈદ્યની સલાહ લેવી જોઈએ.

ખોરાક પાચન થવાનો મુખ્ય આધાર તેને બરાબર ચાવવા ઉપર છે અને ચાવવાનો આધાર દાંત ઉપર રહેલોછે; જેથી દાંતની સદા ખાસ સંભાળ ને યોગ્ય માવજત રાખ્યા કરવી એ ધણુંજ જરૂરનું છે. શરીરના સુખને માટે, આયુષ્યને દીર્ઘ કાળપર્યંત ટકાવી રાખવા માટે દાંત એ અતિશય ઉપયોગી સાધન છે. દાંતની હયાતીમાં તેની ખરેખરી કિંમત સમજાતી નથી. દાંતનું જતન કરવું એ જીંદગીનું જતન કરવા બરાબર છે.

જેના દાંત જુવાનીમાં અથવા આદેડ ઉંમરમાં પડી જાયછે, એટલી ઉંમરથીજ તે જાણે ઘડપણ શરૂ થયા સરખી સ્થિતિમાં આવેછે. તે દીર્ઘાયુષ લાગ્યેજ ભોગવી શકેછે. દાંત જાય એટલે તેની સાથે દુનિયાંની નાના પ્રકારની ચીજોના સ્વાદ પણ ભેળા ચાટ્યા જાયછે, માટે દાંતની બરાબર જાળવણી કરવાનાં બાળકને નાનપણથીજ ટેવ પાડવી જોઈએ. દાંતની જોઈતી સંભાળ ને માવજત નહીં રાખ્યાથી તે વહેલા પડી જાયછે, અથવા ખરાબ થઈ જાયછે. દાંતની ગેરહાજરી થતાં જમવામાં કેટલી બધી હલાકી ને મુશ્કેલી ભોગવવી પડેછે, તથા બરાબર નહીં ચવાએલા ખોરાકથી બદલજમી વગેરે વ્યાધિ થઈ આવેછે, તે વિશે તેને અગાઉથી 'સમજાવવું' જોઈએ.

કેટલાંક બાળકને દાંતણપાણી કરવું પડે તે બહુ કંટાળાભરેલું ને વેઠ કરવા સરખું લાગેછે! બાળકનું કે વડવાઈ વગેરેનું દાંતણ દરરોજ કરવું જોઈએ.

જમ્મા પછી મોઢું દાંતલુથી, બ્રશથી અથવા તેના અભાવે માત્ર પાણીના કોગળા કરીને સાફ કરી નાખવું જોઈએ. લીલા દાંતલુને અભાવે “દુધબ્રશ”થી દાંત દરરોજ સાફ કરવા જોઈએ. દુધબ્રશ વાપરવામાં આવે તો તે સુવાળાં વાળવાળું જોઈએ, અને થોડા મુદતે નવું દુધબ્રશ તેની અવગળ વાપરવાનું રાખવું જોઈએ.

દાંતલુ કરતી વખતે દાંતને ઉપર નીચે ને અંદરની બન્ને બાજુથી બરાબર સ્વચ્છ કરવા જોઈએ. દાંતના પારામાંથી કદાપિ સહેજ લોહી નીકળે તેની ફિક્કર કરવી નહીં.

ચાકનું કપુરમિશ્રિત દંતમંજન વાપરવું સલાહકારક છે. દંતમંજન વાપરવામાં આવે તે બહુ ઝીણું ને સુવાળું જોઈએ.

ગળપલુવાળો ચા, કેરી, કે શરબત પીતાં હોય તેણે તે પીને તુરત પાણીના કોગળા કરી નાખવા જોઈએ, તેમજ ગળપલુવાળી બીજી કંઈપણ ચીજ ખાવા કે પીવામાં આવે તોપણ પાણીના કોગળા તુરત કરીને મોઢું સાફ કરવું જોઈએ. બહુ ગળપલુ કે ખટાશવાળી ચીજ વખતોવખત ખાવાનો પરિચય રાખ્યાથી દાંત ખરાબ થઈ જવાનો સંભવ છે.

રાતે સૂતી વખત, તેમજ વાળુ દિવસના ભાગમાં કયું હોય તો તે પછી પણ દાંતલુ કરવું જોઈએ, અને તેમ કદાપિ ન બને તો પાણીના કોગળા કરી દાંતને સાફ કરવા, પણ સવારે દાંતલુ કરવામાં આવે ત્યાં સુધી દાંતને બરાબર સાફ કર્યા વગરની સ્થિતિમાં રાખવા એ નુકસાનકારક છે. ચોવીશ કલાકમાં જોઆ એક વખતજ દાંતલુ કરતા હોય તેમણે રોજનું છેલ્લું ખાણું ખાધા પછી દાંતલુ કરીને દાંત, મોઢું સાફ કરી નાખવું એ સલાહકારક છે. સવારે ઉઠ્યા પછી મોઢું સાફ તો કરવુંજ જોઈએ.

પોતાના દાંત બહુજ મજબૂત છે એવી બઝાઈ કરવા અથવા ભવિષ્યના પરિણામની અજ્ઞાનતાથી સોપારી ને શેરડી સરખા પદાર્થને દાંતથી કડક



દંઢને લાંગી નાખ્યાથી એકાદ દાંત કોઈવાર અચાનક પડી જાયછે, અથવા એ પ્રમાણે દાંતથી બહુ જોર કરીને ચીજો વખતોવખત લાંગવાના અભ્યાસથી દાંત નબળા કે દોઢળા થઈ વહેલા વહેલા રસ્તે પડેછે.

ઠંડું અથવા બહુ ગરમ પાણી પીવાની ટેવથી, ખાનપાનમાં બરફનો ઉપયોગ ઘણી વખત કર્યા કરવાથી દાંતને નુકસાન થાયછે.

તમાકુની બીડીઓ ડુંક્યા કરવાથી, તમાકુ અને વધારે ચુનાવાળાં પાન ચાવ્યા કરવાથી દાંતનું નખોદ વહેલું નીકળી જાયછે. દાંત બરાબર સાફ રાખવામાં ન આવે તો તેમાં ભરાઈ રહેલી કરચો કોહી જાયછે, દાંતનો સ્વાભાવિક રંગ બદલાઈ જાયછે, મોઢું ગટરની પેઠે ઘણુંજ વાસ મારેછે, અને એવા માણસની સાથે નજદીકમાં વાતચિત કરતાં દુર્ગંધ આવેછે.

ગામડાની ખુલ્લી હવામાં રહેનારના દાંતનું પણ વધારે મજબૂત રહેછે, અને તેજ કારણથી શહેરીઓના દાંત કરતાં ગામડીઓના દાંત સ્વાભાવિક રીતે વધારે મજબૂત જેવામાં આવેછે. લીલોતરી શાક, લાજપાલો ખાવાનો જેને મલાવરો હોયછે તેના દાંતને તેથી મજબૂતી મળેછે. દાડમની કળિયો જેવા સફેદ ને સ્વચ્છ દાંત હોય તે વખાણમાં છે.

દાંતની મજબૂતી અથવા તેનું નબળાપણું કે વહેલું પડી જવાપણું કે તેની અમુક પ્રકારની આકૃતિ એ પણ કેટલીક વાર એલાદે ઉતરેછે.

માણસ આશરે સો વરસ જેટલી લાંબી ઉમરનું થાય તેના દાંત અગાઉ પડી ગયા હોય તો તેવી આખર અવસ્થામાં તેને પાછી નાનાં બચ્ચાં જેવી દંતુડીઓ ઉગેછે પણ તે ખોરાક ચાવવાના ઉપયોગમાં આવી શકે તેવી હોતી નથી.

શરીરના બીજા અવયવો શરીરની સાથેજ જન્મેછે, તથા સાથેજ મરેછે, પરંતુ દાંતના સંબંધમાં તેવું નથી. તે આવેછે મોડા, અને ઘણી વખત જાયછે વહેલા. તે પ્રથમ આવેછે ત્યારે ઘણું કષ્ટ આપ્યા

ચગર રહેતા નથી તેમ તે સંબંધ છોડીને માણસના મૃત્યુ પહેલાં અધવચ્ચ જો આત્મા જાય છે ત્યારે પણ ઘણી વખત પીડા કરીને બૂમો પડાવે છે, તો કાંઈવાર વિશેષ નિર્દય થઈને તોખા પોકરાવા સરખું પણ કરે છે ! બીજા અવધવાની પેઠે તેઓ માણસના અંતર્યાત્મના સગા નથી, તેથી સામાન્ય રીતે જેતાં વૃદ્ધ માણસોની નજરે બહુ મમતા રાખવાને તે ધાત્ર પણ ગણાતા નથી !

## બેસતાં, ઉભા રહેતાં તથા ચાલતાં શીખવું.

બાળકના શરીરમાં બેસવા પૂરતી શક્તિ આવે એટલે બરડાનો કાંઠો મજબૂત થાય તે પહેલાં તેને બેસતાં શીખવવું નહીં, કેમકે એમ ક્યારેય તે ખુંધલું થઈ જવાનો સંભવ છે. તેને બહુ વાંકા વળીને બેસવા દેવું નહીં. બેસવા શીખતું હોય તે વખતે તેની પીઠ તથા છાતીને આધાર મળે તેવી રીતે ફરતાં કપડાં વગેરે રાખવાની તજવીજ તે બેઠું હોય ત્યારે કરવી.

બચ્ચાને ઉભા રહેવાની શક્તિ આવ્યા વિના એટલે પગ બહુ પોચા હોય ત્યારે ઉભું રાખવું નહીં, કેમકે પગ બહુ પોચા હોય છતાં ઉભું રહેતાં શીખવવામાં આવે તો તેના પગ વાંકલા થઈ જવાનો સંભવ છે. તે ઉભું રહેતાં શીખતું હોય ત્યારે સહજવાર ઉભું રાખવું. ઝાઝીવાર ઉભું રાખવું નહીં, તેમજ તે નમવા માંડે તો તરત તેડી લેવું, અથવા બેસી જાય તો બેસી જવા દેવું. તેને ઉભું કરવાની જગ્યાએ જરૂર હોય, ત્યારે તેની બન્ને બાજુની બગલમાંથી પકડીને ઉભું કરવું, પણ તેના હાથ પકડીને ઉભું કરવું નહીં. ધરનાં બીજાં સાણસ પણ તેને એ રીતે તેડે, એવી સૂચના આપવી જોઈએ. બચ્ચું રીખતાં એટલે ભાંગોડીયાભર

ચાલતાં શીખેછે, પછી તે ખુરશી અથવા પેટી વગેરે પકડીને ઉભું રહેતા શીખેછે, પછી પાપગલી કરતાં ધીરેધીરે ચાલતાં શીખેછે.

પગમાં ચાલવાની બરાબર શક્તિ આવી ન હોય, છતાં તેને ચાલવાનું શીખવવામાં આવે તો પગ, રાંઠા અને પીઠ વાંકી થઈ જવાનો સંભવ છે, પગમાં શરીરને ઉપાડવા જેટલું કૌવત આત્મા વિના ચલાવવામાં આવે તો તેના છુટણુ એક ખીજા સાથે અથડાયછે. વળી એથી કોઈ અતિશય નબળું બાળક લંગડા સરખું પણ થઈ જાયછે, અને એવી ખોડખાંપણુ છાંદગીભર રહી જાયછે.

બચ્ચું જ્યારે ખીમાર પડી ગયું હોય, અથવા તેને દાંત આવતા હોય, તેવા વખતમાં તેને ચાલતા શીખવવું નહીં. શરીરમાં જોઈતી શક્તિ આવે તો તે વહેલું ચાલતાં શીખેછે. કેટલાંક સબળાં બચ્ચાં નવ દશ મહિનાની વયના થાય એટલામાં ચાલવા શીખેછે, તો કોઈ બહુ નબળાં બચ્ચાં બે ત્રણ વરસના થાય ત્યારેજ તેમને ચાલતાં આવડેછે. કૌવતનું એ કામ છે. ચાલતાં શીખવવામાં ચાલણુગાડીનો આધાર આપવામાં આવેછે એ ઠીક છે, પણ તેવી ગાડીનો બહુ ઉપયોગ કરવાનું કાયદાકારક નથી. પોતાના પગના જોરથી ચાલે તે પસંદ કરવા લાયક છે. સારાં જોરદાર બચ્ચાં પોતાની મેજે ચાલતાં શીખી જાયછે.

ચાલતાં શીખેલા બચ્ચાંને જ્યારે ત્યારે તેડીને ફરવું એ સાંઈ નથી. તેને થાક ન ચડે તેટલું ચાલવા દેવું જોઈએ. તેડવાની જરૂર પડે ત્યારે તેડવું. વધારે વાર સુધી તેડવું પડે તો એકજ પડામે ન તેડતાં બન્ને પડામે વારાફરતી તેડવું એ સાંઈ છે.

## બોલતાં શીખવું.

બચ્ચું બીજી ઇંદ્રિયોની સાથે કણ્ઠોદ્ગમ પણ લેઈને જન્મેછે, પરંતુ જન્મતી વખતે કાને તદ્દન બહેર હોયછે, તેથી તે વખતે તેની પાસે ગમે તેટલો અવાજ કરવામાં આવે તોપણ તે ક્યાંથી સાંભળે !

બાળક જ્યારે અવતરેછે ત્યારે ભવિષ્યમાં તે બીએ નહીં એવા ધરાદાથી તેની પાસે આળી વગેરે ઠોકીને મોટા અવાજ કરવાનો આપણા દેશમાં કેટલેક ઠોકાણે રીવાજ છે, પણ તે તદ્દન નિરર્થક છે, કેમકે તે સમયે તે તદ્દન બહેર હોવાથી કાંઈ સાંભળી શકતું નથી. જન્મ્યા પછી ગણુ દિવસની અંદર તેની એ શ્રવણશક્તિ કામ કરવા માંડેછે; પછી તે બચ્ચું ક્રમેક્રમે સારી રીતે સાંભળતું થાયછે, અને અવાજને ઓળખી શકેછે.

જે બચ્ચું કાંઈપણ ઉચ્ચાર સાંભળી શકેછે તેજ બોલવાનું શીખી શકેછે. જે બચ્ચું જન્મથી કાંઈપણ સાંભળી શકતું નથી, તે બોલી પણ શકતું નથી, એટલે તે સદા મુંઝું રહેછે.

મનશક્તિની ખોલવટના પ્રમાણમાં વાચાશક્તિ ખીલેછે, એમ પ્રોફેસર પ્રેચરનો મત છે. કોઈ બહુ ચાલાક બચ્ચું ત્રણ ચાર માસની ઉંમરે કોઈ અમુક અક્ષરનો ઉચ્ચાર કરતું જણાયછે, બાકી સામાન્ય રીતે તો બચ્ચું જ્યારે આઠ નવ માસની ઉંમરનું થાય ત્યારથી બીજા માણસને બોલતાં સાંભળીને તે મુજબ પોતે પણ ઉચ્ચાર કરવા માટે પોતાની જીભ તથા હોઠનો ઉપયોગ કરવા માંડેછે, પરંતુ શરૂઆતમાં જોઈએ તેવા ઉચ્ચાર તેનાથી થઈ શકતા નથી અને લોચા વાળવા સરખું થાયછે તે જોઈને સાંભળનારને સહજ હસવું આવેછે !

એ પ્રમાણે ધીમે ધીમે તેને બોલવાનો મહાવરો થાયછે, જીભ ફેળવાયછે, એટલે એકાક્ષરી તથા બોલવામાં ઘણા સહેલા શબ્દ તે પ્રથમ

બોલતાં શીખી જાયછે, પણ તેમાંના કેટલાક ઉચ્ચાર તે સમજ્યા વગરના કરેછે. વરસ સવા વરસની વય થતાં વાચા શક્તિદ્વારા તે પોતાની કેટલીક જાતની મરજી જણાવી શકેછે. દાંત ઘણાખરા આવી ગયા પછી તે સ્પષ્ટ રીતે બોલી શકેછે. તે આશરે બે વર્ષની વયનું થતાં તેને બરાબર બોલતાં આવડી જાયછે, અને આશરે ત્રણ વર્ષનું થતાં લાખાનું જ્ઞાન પણ પોતાની શક્તિ અનુસાર ઠીક મેળવેછે.

માત્ર લાખા જ્ઞાન વહેલું થાય તેમાં બહુ લાભ નથી, માટે બાળકને વહેલું વહેલું બોલતાં શીખવવા માટે ઉતાવળ કરવી જોઈતી નથી. રંગ, રૂપ, રસ, ગંધ, સ્વાદ, અવાજ, ટાડું, ઉનું વગેરે જાણવામાં એકલું શબ્દજ્ઞાન ઉપયોગી થઈ શકતું નથી. જોવા, સાંભળવા ને અનુભવવાથી જ જ્ઞાન થાયછે, તે માત્ર બોલતાં આવડ્યાથીજ થતું નથી, એટલે વસ્તુજ્ઞાન થયા પછી શબ્દજ્ઞાન આપવું એ ઇચ્છ છે. પ્રથમ સમજ અને પછી શબ્દ.

બોલવા શીખવા તરફ બાળકનું વલણ જોઈએ તે કરતાં વહેલું કારણવાથી બીજા ગેરફાયદા એ પણ થાયછે કે તેની વિચારશક્તિ તેમજ કાર્યકારણલાવ ગોઠવવાની શક્તિ અમુક દરજ્જે કમી થાયછે, અને તેનું ધ્યાન બીજાને બોલતાં સાંભળીને તે પ્રમાણે પોતે બોલતાં જાણી કેમ શીખવું તેની ઉપરજ મુખ્યત્વે કરીને રહેછે.

એક ઇંગ્રેજ પોતાનું અઢી વરસનું બાળક જેને ઇંગ્રેજી લાખાનું ઉમરના પ્રમાણમાં જ્ઞાન થયું હતું તેને ફ્રાન્સમાં મૂકીને પોતે પરદેશ ગયો હતો, ત્યાંથી દશ મહિના પછી તે ત્યાં પાછો આવ્યો તેટલી મુદતમાં પેલું બાળક ફ્રેન્ચ લાખા ઠીક શીખી ગયું હતું, તેનું કારણ એ કે તે બાળકની બુદ્ધિ તે વખતે ખીલતી આવતી હતી.

અમુક બાળક બે કરતાં વધારે લાખા પણ એક સરખી સરળતાથી એક સાથે શીખી શકેછે એવા દાખલા નોંધાએલાછે. બગદાદનો એક

ધંત્રેજ પાદરી જે એક જર્મન કન્યા સાથે પરણ્યો હતો તેમને ત્યાં અવ-  
તરેલી એક દીકરો માત્ર ત્રણ વર્ષની ઉમરનો થયો તેટલામાં જર્મન, ઇ-  
ંગ્રેજ તથા અરબી એ પ્રમાણેની ત્રણ ભાષામાં વાત કરી શકતો હતો. એ-  
ટલે એક તેની માતૃ ભાષા, બીજી પિતૃ ભાષા, તથા ત્રીજી જન્મભૂમિની  
ભાષા ! માતાના સહવાસમાં રહીને જર્મન ભાષા, પિતાના પ્રસંગમાં રહીને  
ઇંગ્રેજ ભાષા તથા આરબ નોકરોના પરિચયમાં રહીને અરબી ભાષા એ-  
ટલી દુઝી મુદતમાં સામાન્ય રીતે તે શીખી ગયો હતો !

## દેવ.

અમુક આખજી પાદરી કે નહારી દેવ તે બહુ મુદતના અભ્યાસનું-  
મહાવરનું ખરિલામ માત્ર છે. દેવની સત્તા અગાધ છે. કોઈ કોઈવાર  
કુદરત કરતાં પણ દેવ બળવત્તરપણે કામ કરે છે. માણસ દેવનો ગુલામ  
છે, એ ઉપર મનુષ્યની વર્તણૂકનો મુખ્ય આધાર છે; તેથી બાળકને  
મૂળથીજ વખતસર શિક્ષાની, સુઘડતાની, વિવેકની, સમ્યક્તાની બીજ  
સાથે માયાબુધ્ધિ વર્તવાની, મોક્ષ પ્રત્યે પૂજ્ય બુદ્ધિ રાખવાની, ધર્મ  
તથા નીતિપરાયણ રહેવાની, પ્રત્યે જ્યોત કામ કરવાની, સત્ય અને  
પ્રમાણિકપણે વર્તવાની, યોગ્ય વિનાશી હકીકત જાહેર કરવાની, પોતાની  
બૂલ પડી હોય તો તે સુધારવાની, અને પોતાની ચોંટાડીઓ વગેરેનો ઉપયોગ  
કર્તા પછી તેને પાછી યોગ્ય રથને મૂકવા વગેરેની સારી દેવો પાડવા,  
તથા નરતી દેવો ન પડે તે માટે બનતી કાળજી રાખી તેને તેથી  
બચાવવાં જોઈએ. અથવા કોઈ પ્રકારની કુદેવ પાંડી જોવામાં આવે કે  
તુરત તે છોડાવવાની યોગ્ય તજવીજ કરવી જોઈએ. અમુક રોગ પેદા  
થવા પછી તેને મટાડવાના ઉપાય યોગ્ય કરતાં તે રોગને બનતા સુધી  
પેદા ન થવા દેવા માટે જોઈતી સાવચેતી રાખતા રહેવું એ ઇચ્છવા

નેગ છે, તે પ્રમાણે ખરાબ ટેવ પડ્યા પછી તે મૂકાવવી તેના કરતાં મૂળથીજ એવી ટેવ ન પડે તે માટે નોંધતી તકેદારી રાખતા રહેવું એ ઇચ્છ છે.

નાનાં બચ્ચાંઓને અમુક અમુક પ્રકારની ખરાબ ટેવ પડેછે તેનું મુખ્ય કારણ એ જોવામાં આવેછે કે માયાપ પોતાનાં બાળકનાં અમુક કૃત્યોને તજવાં ગણીને કહેછે કે—“કાંઈ નહીં, એમાં શું છે ! બાળક હજી નાનું છે, નાદાન છે, તે બિચારું આટલી નાની વયમાં શું સમજે ? મોટું થઈ સમજવા લાગશે એટલે તે એ પ્રમાણે કરવાનું એની મેજે મૂકી દેશે.” એ પ્રમાણે તેનાપર ખોટો ભરોસો રાખી તે પરત્વે બેદરકાર રહેછે, તથા તે કરતું હોય તેમ તેને કરવા દેછે.

નાનપણમાં હરકોઈ માડી ટેવની જે છાપ પડેછે તે પછી લાગ્યેજ ભુલમાં જાયછે; કેમકે મૂળથી એવી જે આદત પડે તે અભ્યાસ વડે રદ થાયછે, અને પછી તે કેમે કરી નિર્મૂળ થઈ શકતી નથી. સંસાર વ્યવહારમાં અનેક જાતની રૂઢિઓ અને રીતરીવાજ પ્રચલિત છે તે પણ ટેવનુંજ પરિણામ છે.

સારી માડી ટેવનું બંધારણ બાળવયમાંથીજ થાયછે, તથા સારી કરતાં નરસી ટેવ વધારે જલદી પડેછે, અને પછી ઉમર વધતાં એવી ટેવ સગડ થઈ એટલે તે સ્વભાવરૂપ થઈ પડેછે. ઘરમાં એક બાળકને અમુક પ્રકારની ટેવ પડેલી હોય તો બીજા બાળકને પણ તેવી ટેવ પડવાનો ઘણોજ સંભવ છે. ઘરના હલકા ચાકરના પ્રસંગથી પણ બાળકને કેટલીક ખરાબ ટેવો પડી જાયછે. જેમ અમુક વાત શીખવી સહેલી છે, પરંતુ તે બરાબર શીખ્યા પછી ભૂલી જવી મુશ્કેલ છે; તેજ પ્રમાણે અમુક અમુક ટેવ પડવી સહેલી છે, પણ તે પછી મૂકી દેવી એ મહા મુશ્કેલ છે.

કેટલાંક છોકરાં સંભાળપૂર્વક સુઘડપણુની ટેવમાં ઉછરેલાં હોયછે, તેઓ પોતાનાં કપડાં વગેરેને બનતાં સુધી ડાઘ પડવા દેતાં નથી. કેટલાંક બાળકો મૌન્યવૃત્તિમાં ઉછરેલાં હોયછે તે પોતાના ધરની કાંઈ વાત પરાયા માણસને કહેતાં નથી, અને જે બીજા માણસ તરફથી તેના ધરની વાત કદી પૂછવામાં આવેછે તો તે વિષે પોતે જાણે કાંઈ જાણતાં ન હોય તેમ ઉડાવનારા જવાબ દેછે ! એથી વિરુદ્ધ કેટલાંક છોકરાંઓ લડલડીઆ સ્વભાવનાં હોયછે, તેઓ પોતાના ધરની અમુક કરવા સરખી વાતની સાથે, નહીં કરવા જેવી વાત પણ કહેતાં ફરેછે. કેટલાંક બાળકો સમ્યક ટેવમાં ઉછરેલાં હોયછે, તેઓ પોતાના વડીલો વગેરેની સાથે બહુ નમ્રતાથી ને ધીમેથી વાત કરેછે, તથા બીજાઓ તરફ પણ માનવૃત્તિથી વર્તેછે. કેટલાંક અદેખાધમાં ઉછરેલાં હોયછે, તેઓ 'કોઈનું' સારું સાંખી શકતાં નથી, કોઈને કાંઈ ચીજ કદી આપતાં નથી, તેમ તેમને બીજી રીતે પણ મદદગાર થતાં નથી.

કેટલીક ખરાબ ટેવો બાળકના પોતાના કોઈ દોષ અથવા ખોડ ખાંપણને લીધે પણ પડેલી હોયછે.

કેટલાંક બાળકોને તે જે દેખે તે માગવાની, હડીલાઈ કરવાની, કેટલાંકને બીવાની, બીજવાની, રીસાવાની, કે જ્યારે ત્યારે રડ્યા કરવાની અથવા માઆપની આજ્ઞાનો અનાદર કરવાની ટેવ પડેલી હોયછે. કેટલાંકને ગદાં રહેવાની, પોતાના નખ કરડવાની, આંગળી ચૂસવાની કે અંગુઠો મોઢામાં ઘાસવાની, કપડું ચાવવાની, પોતાના કાનમાં, નાકમાં કે મોઢામાં આંગળું ઘાસવાની, મોઢું પહોળું કરી બગાસું ખાવાની કે જીભ બહાર કાઢી લપકારા કરવાની, કવર વગેરે ચોડવાને જીલથી થુંક લગાડવાની, સ્લેટમાં થુંક નાખવાની, અથવા પેન્સીલની અણી વગેરે મોઢામાં ઘાસવાની ટેવ પડી ગયેલી હોયછે; કેટલાંકને બીજના દેખતાં દાંત કે કાન ખોતરવાની, ગળું ખોલાવવાની, કે મોઢેથી સીસોટી વગાડવાની ટેવ પડેલી જેવામાં આવેછે;



કેટલાંકને બહુ વાંકાં વળીને કે લાંબા સૂત્રને કે ગોડણીપાલર બેસીને પુસ્તકમાં આથું લાક્ષીને વાંચવાની ટેવ પડેલી હોયછે; કોઈને એક પગપર બીજીને પગ ચડાવીને બેસવાની, મોઢેથી ગણુગણુ કર્યા કરવાની, હાથ પગની આંગળીઓના ટચાકા ફોડવાની, પગ ડોકવાની, અંગરખાનાં બટન કે બોરીઆં ન બીડતાં અથવા તેની કસો હોય તો તે નહીં બાંધનાં એમને એમ જાહેર જગોપર ફરવાની, તો કોઈને માથાપર ટોપી જેમનેમ લાલવાની ટેવ પડી ગયેલી જોવામાં આવેછે. કેટલાંકને નાનપણમાં માટી, કાચલા, ભુતડા અને ઠીંકરાં વગેરે જાનાંમાના ખાવાની, તો કોઈને વારંવાર નકામા સોગત ખાવાની, એવી એવી અનેક જાનની કુટેવ પડેલી હોયછે, માટે તેવી ટેવ બાળકને સૂળથીજ ન પડે તે માટે તેમનાં વડીનોએ યોગ્ય પ્રકારે પ્રયત્નશીલ રહેવું એ ઇચ્છે છે, કેમકે નહીંતો આપણા કવીધરે કહ્યુંછે તે મુજબ “પડી ટેવ તે તો રળે કેમ દાળી!” એ પ્રમાણે થયા વિના નહીં રહે. “જે દાળા દળ્યા તે દળ્યા.”

આ પ્રકરણ પૂરું કરતાં પહેલાં કોઈ કામનો લાંબા વખતનો મહાવરો કેટલું બધું આશ્ચર્યકારક પરિણામ લાવી શકેછે તેના ક્ષમણા આપવાથી વિષય વધારે સ્ફુટ થશે.

‘સરકસ’માં એક નાનો છોકરો બે મજમૂન દોડતા ઘોડાની ખુસ્તી પીડપર અકેક પગ મૂકીને નિશ્ચયપણે દિલો રહેછે, અને તે ઉપરથી તે પડી જતો નથી! વળી નાચનારી કોઈ સ્ત્રી હવામાં અધર નાચતી જણાય છે! એ ઉપરથી સ્પષ્ટ થાયછે કે ગમે તેટલું મુશ્કેલ ગણાતું કામ અભ્યાસથી સહેલું થઈ પડેછે.

એક બિલાડીને અમુક સ્થળે તથા અમુક વખતે દરરોજ ખાવાનું આપવાનું ચાલુ રાખવામાં આવે તો લાંબા વખતના મહાવરાથી એ જગોએ તથા એજ સમયે તે પ્રતિદિન હાજર થશે, અને એ મુજબ તેને જ્યાં અને જ્યારે જવાની ટેવ પડી ગઈ હશે તે જગો તજી દેવા

કરતાં ભૂખે મરવાનો પ્રસંગ આવે તો તે પ્રમાણે કરવાનું પણ તે પસંદ કરશે.

ધારે કે એક ચકલીને સવારના નવ વાગે અમુક ઠેકાણે ચણુ આપવાનું ચાલુ કરવામાં આવે તો તે હમેશ તેજ જગોએ તથા તેજ વખતે ચણુ મેળવવા માટે હાજર થશે, અને એવો મહાવરો લાંબા વખત સુધી ચાલુ રહ્યા પછી તે પ્રમાણે ચણુ આપવાનું બંધ કરવામાં આવે તોપણ પહેલી દેવના પરિણામે તે બરાબર એજ ટાણે તથા એજ જગોએ થોડા દહાડા લગી હાજર થયા વિના નહીં રહે!

થોડા અને હાથી વગેરે ઘણી જાતનાં પ્રાણીઓ મનુષ્યની અનેક પ્રકારે સેવા બજાવેછે તથા તાબેદાર થઈને રહેછે તે પણ તેમને તેવી કેળવણી આપી દેવ પાડ્યાનુંજ પરિણામ છે.

## વજન અને ઉંચાઈ.

બાળક શારીરિક વજન અને ઉંચાઈમાં વધેછે કે કેમ અને વધેછે તો તેમાં કેટલો વધારો થાયછે તે વિષે માળાપે વખતોવખત માહિતગાર થવું એ જરૂરનું છે.

પૂરે દહાડે અવતરેલું બચ્ચું સામાન્ય રીતે આશરે સાતેક રતલનું તો કોઈ આશરે નવેક રતલનું હોયછે. જન્મ્યા પછી ત્રણ ચાર દિવસમાં તેનું વજન દશથી પંદર તોલા સુધી ઘટી જાયછે, પણ પછી તેને બરાબર પોષણ મળતાં તે વજનમાં સહજ વધવા માંડે.

અધુરી મુદતે અવતરેલું બચ્ચું બાળમાં બાળું દોઢ બે રતલ સુધીના વજનનું પણ હોયછે. બચ્ચું એકાદ વરસનું થાય ત્યાં સુધી દર મહિને આશરે એક રતલથી સવા રતલ સુધી વધેછે. એ રીતે તે બાર માસનું થયાથી તેનું વજન આશરે અઢારથી બાવીશ રતલ જેટલું થઈ જાયછે. બીજા વર્ષમાં તે દર મહિને આશરે પોણો રતલ વધેછે.

એ રીતે બે વરસમાં તે આશરે અઢીથી ત્રણગણું વજનમાં વધી જાય છે. છાંદગીના બીજા કોઈપણ કાળમાં, પ્રમાણમાં તે એટલું બધું વધતું નથી. બચ્ચું કમસર વધે તો તે તનદુરસ્તીની ખાતરી આપે છે. ઠંડી ઋતુમાં વજનમાં વધારે વધે; ઉષ્ણ રતુમાં ઓછું. કેટલાંક તનદુરસ્ત બચ્ચાં ઉષ્ણ રતુમાં ઉલટાં થતી જાય છે. માથાના વાળ શિયાળા કરતાં ઉનાળામાં વધારે વધે છે.

બચ્ચાંનું વજન પહેલા ત્રણ માસમાં આશરે પંદરેક દિવસે કરતું, પછી આશરે મહિને મહિને કરતું જોઈએ. બચ્ચું માંદું પડે ત્યારે એથી વધારે ઓછી મુદતે તેનું વજન કરી, તે ઘટ્યું કે નહીં તે અવશ્ય જોવું જોઈએ.

તનદુરસ્ત બચ્ચું પૂરે દહાડે અવતરે ત્યારે તે આશરે અઢાર ઇંચ ઉંચું હોય છે. પછી તે કેટલું વધે છે તે જાણવા માટે “સેન્ટીમીટર” થી થોડેથોડે મહિને તેને માપવું જોઈએ. પ્રથમનાં બે વરસની અંદર તે જેટલું ઉંચું થાય છે, તેટલું ત્રીજા, ચોથા વરસમાં થતું નથી.

બચ્ચું જેમ શારીરિક વજનમાં વધે તેમ ઉંચાઈમાં પણ વધવું જોઈએ.

ખુદ્દી હવામાં રમવા ફરવાથી બાળકને બૂખ બરાબર લાગે છે, અને તેને ચોખ્ખો ખોરાક મળ્યા કરવાથી વજન ને ઉંચાઈમાં તે સારી રીતે વધી શકે છે.

બાળક જો નાનપણમાં વધારે પડતી મજુરી વખતોવખત કર્યો કરે તો તે શરીરે બરાબર વધી શકતું નથી, અને ઠીંગણું રહે છે.

માબાપનાં શરીરની ઉંચાઈ કે તેમનું ઠીંગણાપણું ઓહદે ઉતર્યાના દાખલા ઘણા જોવામાં આવે છે.

## બચ્ચાંઓનાં નાનપણમાં મરણ.

નાનાં બચ્ચાંઓની શારીરિક માવજતના કામમાં માઆપ તેમજ જનસમાજ કેટલો જાત અથવા અજાત છે તે બચ્ચાંઓનાં થતાં મરણ પ્રમાણ ઉપરથી સામાન્ય રીતે જાણી શકાયછે.

પ્રસૂતિકાળે તથા તે પછી માતાની તથા તેના બચ્ચાની જોષ્ઠ્યે તેવી માવજત નહીં રખાયાથી જન્મ લેનાર બચ્ચાંમાંથી આશરે ચોથા કે પાંચમો ભાગ એક વર્ષની મુદતમાં મરણ પામેછે. ગામડા કરતાં શહેરમાં ગીચ વસ્તીના કારણથી બચ્ચાંઓનું મરણપ્રમાણ વધારે આવેછે. નહીં સહન થાય તેવી દુડી અને શરદીથી બરાબર સંરક્ષણ નહીં અપાયાથી ઘણાં નિર્બળ બચ્ચાં મૃત્યુવશ થાયછે. શ્રીમંત માણસોનાં બચ્ચાંઓ કરતાં ગરીબ સ્થિતિનાં માણસોનાં બચ્ચાંઓનો જોષ્ઠ્યે તે પ્રકારના ભરણપોષણને અભાવે, કેટલાંકનો અકાળે નાશ થાયછે. છેક નબળાં અવતરેલાં, અને રોગીષ્ટ અવતરેલાં બાળકોની જોષ્ઠ્યે તેવી માવજત મૂળથી ન રહે તો તેમાંથી પ્રમાણમાં વધારે મરેછે. અશીલુમિશ્રિત બાળાગોળીઓ અથવા અશીલુ બંધાણુ તરીકે આપ્યા કરવાથી તેની ખૂરી અસરથી કેટલાંએક બચ્ચાંઓ નાનપણમાં મરણ પામેછે. બચ્ચાંઓ માંદાં પડે ત્યારે કુશળ વૈદ્યની તુરતમાં દવા નહીં લેતાં તેને બીલકુલ માફક ન આવે તેવી ધરગથુ દવા આપ્યા કરવાથી અથવા દવાની જરૂર હોય છતાં તેને મુદ્દલ દવા વગર રાખ્યાથી બચ્ચાંઓનું મરણપ્રમાણ વધેછે. અતિશે દારૂ પીનારાં કુટુંબનાં બચ્ચાંઓ પણ પ્રમાણમાં ઘણાં વધારે મરી જાયછે. બાળલગ્નથી તેમજ વૃદ્ધ લગ્નથી પેદા થયેલાં બાળકો પ્રમાણમાં વધારે મરેછે. અધુરે મહિને અવતરેલાં બાળકોમાંથી ઘણાંખરાં તુરતમાં હતાં નહોતાં થઈ જાયછે.

બચ્ચાંઓનું વધતું મરણ પ્રમાણ ખાસ કરીને તેમની માતાઓની અને અમુક દરજ્જે તેમની અણુધડ દાદાઓની અજાત દશાને પણ

આમારી હોયછે. આ દેશમાં એવી અજ્ઞાનતા, બચ્ચાંને ઉછેરવાની આવીઓ અને એકાગળ શોધવા માટે દૂર જવું પડે તેમ નથી. આસપાસ જ્યાં નજર કરવામાં આવશે ત્યાં એવી બાબતોમાં ઘણા પછાત રહેવાના દાખલા વધતા કે ઓછા પ્રમાણમાં દ્રષ્ટિગમ્ય થયા વિના રહેશે નહીં.

બાળકોને ઉત્તમ પ્રકારે શી રીતે ઉછેરવાં તે વિષયની કેળવણી આપીને તે માતાનું પદ પ્રાપ્ત કરે તે પહેલાં જો આપવામાં આવે તો તેથી બેશક બહુજ ફાયદો થાય, અને બિચારાં અસંખ્ય બચ્ચાંઓનો અકાળે ઘણુ વળી જતો અટકાવી શકાય.

બાળકને શીળી, ઓરી, ઉટાંટીઓ વગેરે અમુક પ્રકારના વ્યાધિઓ તેમજ કોઈકો વાર કેટલીક જાતના ઉડતા રોગો વચ્ચેથી પસાર થવું પડેછે. વળી તેમની નાબુક તખીયતને માફક આવે તેવો ખોરાક આપવાની સંભાળ નહીં રખાયાથી તેમને ઝડો, ઉલટી, આંચકી અથવા તાવ ઇત્યાદિ દરદો ઉત્પન્ન થાયછે, માટે માબાપે તેને માટે ઘણી સાવચેતી અને સંભાળ રાખવી જોઈએ, તેમજ તેમની ખીમારીને પ્રસંગે આપતા ઇલાજને તાત્કાલિક લેવામાં ગફલત કરવી નહીં જોઈએ.

પાંચ વરસની વય સુધીમાં બચ્ચાંનું મરણુ પ્રમાણુ વધારે આવેછે, માટે તે ઓછામાં ઓછું તેટલી વયનું થાય ત્યાં સુધી તેની માવજત પાછળ વધતામાં વધતું ધ્યાન આપવું આવશ્યક છે. ચોખ્ખા ખાનપાન, સૂર્યના પૂરતા અજવાળા તથા ચોખ્ખી હવાના સેવનથી મરણુ પ્રમાણુ બેશક ઓછું થઈ શકેછે. “જલ્દે એરલાં જીવે નહીં” એવી કહેવત અને “જલ્દે એરલાં શું જીવે કે?” એવી લોકોક્તિ આટલી બધી પ્રચલિત શા માટે હોવી જોઈએ, તથા બચ્ચાંનું મરણુ પ્રમાણુ એટલું બધું વધારે શા માટે આવવું જોઈએ! માબાપ જો બચ્ચાંની મૂળથી

જોઈતી માવજત તથા બરાબર સંભાળ રાખે તો અવતરેલાં બચ્ચાંનો ધણોખરો ભાગ લાંબી જીંદગી ભોગવ્યા વિના રહે નહીં.

જે સોવાસણ માતાને ધણું છોકરાં થયાં હોય અને તેમાંનું એક પણ મરણ પામ્યું ન હોય ત્યાં સુધી તે માતા “અખોવન” કહેવાયછે. એવી અખોવન માતાઓ આ દેશમાં કવચિતજ નેવામાં આવેછે; એનું કારણ શું? માવજતની ખામી, અને માવજત કયે પ્રકારે કરવી તે સંબંધી ઘણી અજ્ઞાનતા.

## ચેપી રોગ.

અમુક જાનનો રોગ એકને થયો હોય તે રોગ ઉડીને બીજાને થાય તેવું દરદ ચેપી કહેવાયછે. એવા ચેપી રોગનો ચેપ વાયુ રૂપે અથવા સ્પર્શથી પ્રસરે છે. કેટલીક વાર પાણી અને ખોરાક દ્વારા પણ તે બીજાને લાગુ થઈ શકેછે.

શીળી, ઝોરી, અજ્યડા, મોટી ઉધરસ વગેરે બચ્ચાંના ખાસ રોગ છે, અને તે આખી જીંદગીમાં એકજ વાર થાયછે. એવાં દરદ એક બાળકને લાગુ પડે તો થોડા દિવસમાં આબુઆબુમાં રહેનાર બીજાં બચ્ચાંને પણ લાગુ પડવાનો સંભવ છે. એક બચ્ચાંને શીળી નીકળી હોય તેની પાસે બીજું બચ્ચું કે જેને શીળી ન નીકળી હોય તેને રાખવામાં આવે તો તેને પણ તે અરસામાં એ રોગ લાગુ થવાનો ધણોજ સંભવ છે, કેમકે એવા ચેપ હવાથી ફેલાયછે.

શીતળાવાળા, અથવા જેની આંખ દુખવા આવી હોય એવા બાળકને તેવી વ્યાધિગ્રસ્ત સ્થિતિમાં નિશાળે મોકલવાં નહીં જોઈએ, કેમકે તેમનો તેવો ચેપ બીજા નિશાળીઆને લાગુ પડવાનો સંભવ છે. દાદર, (દરાજ) વાળા બાળક પાસે બીજું બાળક હમેશાં ખેસે તો તેને પણ એ દરદ વખતે લાગુ થાયછે.

જે માતાનું ધાવણું બચ્ચું ભરાઈ ગયું હોય તેવા વખતમાં તે માતા બીજા ધાવણા બચ્ચાને, કે તેની માતાને અડકતી નથી અને બનતાં સુધી તેને ઘેર પણ જતી નથી, કે જેથી તે વ્યાધિનો ચેપ તે બીજા બચ્ચાને લાગવાનો સંભવ રહે નહીં.

મરકી (પ્લેગ) ક્ષય, રક્તપિત્ત, રતવા, ઉલટતો તાવ, ટાઇફાઇડ અને ટાઇફસ તાવ, ચાંદી, પરમીઓ, હડકવા અને ગાલપચોળીયાં વગેરે બીજા ચેપી રાગ છે.

ઘરમાં એક જણને ચેપી રાગ થયો હોય તો બીજા સાજા માણસને તેનાથી દૂર રાખવું જોઈએ.

અમુક માણસોનાં થુંકમાં પણ દરદનાં જંતુ હોય છે, તેથી કોઈના પણ થુંકે અડેલી અશ્વડી ચીજ ન ખવાય તે વિષે સંભાળ રાખવી જોઈએ, કેમકે એવા દરદીની લખ બીજાની ચામડીને અડે તો તેમાંથી પણ કોઈ વાર દરદ પેદા થવાનો સંભવ છે. આ પ્રમાણે હોવાથી પોતાના બાળકને બચ્ચી લેતાં પણ સંભાળવું જોઈએ. પોતાને મોઢાનું એવું કાંઈ દરદ ન હોય તોજ પોતાનાં બાળકને ખારની ખાતર માથાપ કોઈ પ્રસંગે ચુમ્મન કરે, પરંતુ બીજા જેનેતેને તેમ કરવા ન દેવું એ સલાહકારક છે.

કેટલીક જાતના વ્યાધિ અને દુર્ગુણ ચેપી હોય છે તેમ સારી રીત-ભાત, સદ્ગુણ ને આરોગ્યનાનો ચેપ બીજાને લાગી જતો હોય તો તેથી ઘણાં માણસોનું સફળે શ્રેય થઈ જાય !



## ગૌશિતળા.

એ રાગને કેટલાંક માણસો સહીએડ, શીળી, સિતળા કે કાકાબળીઆ પણ કહેછે. માણસની જીંદગીમાં ધણુંકરીને એ રાગ એકજ વાર થાયછે.

ઇંગ્લાંડના ડાક્ટર જેનરે બાળકને ગૌશિતળા કાઢવાનો પ્રથમ શોધ કરેલોછે. ગાયના આંચળપરથી એવો ચેપ લેઇને શીળી કાઢવામાં આવી જોથી એવી કૃતિનું ગૌશિતળા એવું નામ પડેલુંછે, કોઈ કોઈ ઠેકાણે ગાયના ચેપને બદલે વાછરડાના ચેપથી શીળી કાઢવામાં આવેછે, પરંતુ સામાન્ય રીતે એક બાળકનો એવો ચેપ લેઇને બીજા બાળકને શીળી ટાંકવાનો રીવાજ ચાલેછે.

ગૌશિતળા માટે જે બચ્ચાંનો ચેપ લેવો હોય તે તનદુરસ્ત હોવું જોઈએ. તેને ઉપદંશ આદિ ચેપી રોગ નહીં જોઈએ. ક્ષયઆદિ રોગ ઓહડે ઉતરતો હોય એવા માખાપનું તે બચ્ચું હોવું ન જોઈએ. તે કાળું હબસી સરખું હોય તેની જરાએ ચિંતા કરવાનું કારણ નથી ! તે આરોગ્ય છે, એટલુંજ માત્ર જોવાનું છે.

બાળકને ગૌશિતળા કાઢવાનો ઇંગ્લાંડમાં પ્રચાર થયો તે અગાઉ ત્યાં આંધળાઓમાં સેંકડે પંચાવન જણની આંખો સહીએડથી ગયેલી જણાતી હતી. ગૌશિતળાના ટંકાવેલા દાણા બરાબર ઉઠ્યા હોય તેવા બાળકમાંથી એ રોગથી આંધળા થતા હોય એવા દાખલા મળતા નથી; મતજબ ગૌશિતળાના સારા દાણા નીકળ્યાથી એ રોગથી મુક્ત થવાયછે, અને કદાપિ કોઈને શીળી નીકળે તો તે ધણી હલકી નીકળેછે, તથા તેથી પીડા કે બધુંનું કાંઈ નુકસાન થતું નથી.

શીતળાનો મરજ ચેપી તેમજ જોખમ ભરેલો છે, તે વખતેવખત ઉભરાઈ નીકળેછે. નાના બચ્ચાને એનો ચેપ તુરત ઝાગવાનો ધણુંદ સંભવ છે, તેથી સિતળા નીકળ્યા હોય તેની પાસે, જેને શીતળા ન નીકળી



ગયા હોય તેવા બાળકને રાખવું એ ધાસ્તીભરેલું છે. જેને શિતળા નીકળી ગયેલ હોય તેવા બાળકને પણ તેની સમિષ રાખવું એ સલાહકારક જણાતું નથી.

થોડાં વર્ષો અગાઉ ન્યારે શીળી દાકતર શીળી કઢવા આવતો ત્યારે ધણાખરાં માબાપ પોતાના છોડને સંતાડી દેતાં હતાં, અથવા તેમાંથી કોઈ એવો જવાબ આપતાં કે અમારા ગોત્રમાં શીળી કઢાવવાનો રીવાજ નથી, માટે અમારા બાળકને શીળી કઢાવવી નથી. એનું પરિણામ કેટલીક વાર પેટ ભરીને પસ્તાવામાં આવતું.

બચ્ચાને નાનપણમાં વખતસર ગૌશિતળા ટંકાવી ન લેવાની કસુર કરવામાં આવે અને પછી પાછળથી કુદરતી રીતની તેને સખ્ત શીળી નીકળે તો તેમાંથી કેટલાંક બચ્ચાં બદસુરત થઈ જાય છે. ચહેરાપર ઘંટી ઘેળ્યા રહી જાય છે. કોઈ કોઈને આંખમાં ફાલ્સા થઈને એક અથવા બન્ને આંખમાં ડુલું પડે છે, અગર એક અથવા બન્ને આંખ ડુટી જાય છે. કોઈ કોઈ બચ્ચાં હમેશને માટે આંખે અંધ થઈ જાય છે, તો કોઈની છંદગીને જકા પહેચિ છે.

ગૌશિતળા વેળાસર નહીં કઢાવી લેવાનું ઉપર મુજબ અનિષ્ટ પરિણામ આવતું હોવાથી નાનકડા બચ્ચાંને વખતસર શીળી કઢાવી લેવામાં ગફલત કરવી જોઈતી નથી. બચ્ચું શરીરે નીરોગી હોય તો તે એ ત્રણ માસનું થાય એટલે શીળી કઢાવવી, અને શરીરે નબળું હોય તો છ માસની વય થતાં સુધીમાં કઢાવી લેવી. પોતાના ગામમાં શિતળાનો રોગ ચાલતો હોય તો એક માસના બચ્ચાંને પણ શીળી કઢાવી લેવી એ સલામતીભરેલું છે. વીસ પચીસ વર્ષની ઉંમરે ફરીથી ગૌશિતળા ટંકાવવા એ ફાયદાકારક છે.

દાઢના દિવસમાં શીળી કઢાવવી સારી છે. તાપના દિવસમાં શીળી કઢાવવી એ પસંદ કરવા લાયક નથી. બચ્ચાંને દાંત પુટતા હોય, તાવ.

અને ઝાડા વગેરેનો વ્યાધિ હોય તેવા વખતમાં તેને શીળી કઢાવવી નહીં જોઈએ. મોટી ઉંમરનાં માણસો પાંચ સાત વરસે શીળી કઢાવતાં રહે એ સલાહકારક છે.

શીળીના દાણા પાંચ દિવસની અંદર બરાબર ભરાય તોજ શીળી કઢાવ્યાની મતલબ પાર પડે છે. ઝોઝામાં ઝોઝા ત્રણ ચાર દાણા પણુ જો બરાબર ભરાય નહીં તો બીજી વાર શીળી કઢાવવી. માત્ર એક વાર ગૌશિતળા ટંકાવ્યા એટલે ધારેલો હેતુ સિધ્ધ થયો એમ કદી સમજવું નહીં. દાણા જોઈએ તેવા ભરાય તોજ ગૌશિતળા કઢાવ્યાનું ફળ મળે માટે માખાપે વારો વદાડ્યો કે માથેથી વેઠ ઉતારી એમ કરવું ન જોઈએ.

શિતળા કઢાવ્યા હોય તેમાં ધૂળ વગેરેનાં રજકણુ ન ભરાય, તેપર માખી ન બેસે, નથા તેના દાણા બચ્ચું ઝોળી, ખણી કે ઘસી ન નાખે તેવી સંભાળ રાખવી. તેવા દાણાપર બચ્ચાંના ઝબલાની બાંધ આવે તે પહોળી જોઈએ. સાંકડી નહીં જોઈએ. કાચા રંગનું રંગીન ઝબલું પહેરાવું નહીં જોઈએ, કેમકે તેનો રંગ એવા દાણાને લાગે છે. કેટલાક રંગ ઝેરી પણુ હોય છે અને તેની ખરાબ અસર તે બાળકને થવાનો સંભવ છે.

શિતળા નમ્યા પછી તે બચ્ચાંનાં કપડાંનો નાશ કરવામાં આવે તો તે વધારે સાફ. કદાપિ તેમ ન બને તો બહુજ ગરમ પાણી કરી તેમાં તેના કપડાંને ઝાઝીવાર ઝોળી રાખીને પછી તેને ઘોષ નાખવાં જોઈએ.



## ઓસડવેસડ.

બાળકની પહેલેથીજ બરાબર સંભાળ ને માવજત રાખવામાં આવે તો તે ઓસડવેસડ કરતાં પણ ઘણીવાર વધારે લાભદાયી થઈ પડે છે. હિન્દી બાળકોની પેઠે ઇંગ્લેન્ડ બાળકો વારંવાર બીમાર પડી જતાં નથી તેનું કારણ કે ત્યાંની માતાઓ હિન્દી માતા કરતાં બાળકની માવજતનું કામ વધારે સારી રીતે જાણે છે, તથા તે પ્રમાણે અમલ કરે છે.

બાળકોને શિતળા, ઓરી વગેરે વ્યાધિ થાય તેવા પ્રસંગમાં કાંઈ વખત તેમને રોગ નિવારણ માટે કાંઈ દવાદાર આપવાની જરૂર જોવું હોય છે, છતાં એમ કરવાથી અમુક દેવતા બહુ ગુસ્સે થશે એવી ખોટી ને માની લીધેલી બીકથી, તેમજ ઓસડવેસડથી આરામ થશે એવી આસ્થા પણ ઘણીજ ઓછી હોવાથી કેટલીક માતાઓ તેને માટે બીલકુલ ઔષધોપચાર કરતી નથી, અને જો કાંઈ કરે છે તો તે માટે માત્ર બાધાઆખડી રાખે છે કે કંઈ માનતા માને છે. દોરાધાગા અને ધુપ-ધુમાડા કરે છે. બીમારી વધારે વરનાય તો નજર બાંધે છે, અને કિસ્મત ઉપર હદ ઉપરાંત ભરોસો રાખે છે. એથી ઉલટું પોતાનું બાળક શરીર વધારે સાફ થાય અને તેવું સાફ રહ્યા કરે એવી ખોટી સમજણથી તેને વખતોવખત કાંઈ પણ દવા ખવરાવવાની ખરાબ આદત કેટલીક માતાઓને પડી ગયેલી જોવામાં આવે છે, એ પ્રમાણે વારંવાર દવા આપ્યા કરવાથી તે બાળકનું શરીર બગડ્યા વિના રહેતું નથી, માટે કુશળ તબીબની સલાહ મળ્યા વગર કાંઈ પણ દવા આપવી નહીં જોઈએ.

ખુદ્દલી હવામાં નાચવા કુદવા વગેરેની કસરત કરવી એ બાળકને માટે સામાન્ય નજરે જોતાં સૌથી સારી દવા છે. માઆપ તરફથી બાળકોની બરાબર માવજત રહેતી હોય તો તેઓ કવચિતજ માંદાં પડે છે.

બાળકને દવા આપવાની બાબતમાં ઘણીજ ભૂડી તથા ઘણીજ નુકસાનકારક ટેવ કેટલેક ટેકાણે એવી જોવામાં આવે છે કે તેને દાકતરની દવા ચાલતી હોય તે જોમની તેમ ચાલુ રાખે છે, અને બીજી બાજુ કોઈ ડાશીએ અથવા આડોશીપાડોશીએ કે સગાં વહાલાંએ બતાવેલું બીજું ઓસડ પણ સાથે સાથે બાળકને ખવરાવે છે; આ પ્રમાણે થવાથી કોઈ વખત એ એ દવા સાથે એવી મળે કે તેનું પરિણામ માહું આવ્યા વિના રહે નહીં.

કેટલીક માતાઓ દાકતરને ત્યાંથી દવા લાવે છે, પણ પોતાનું બાળક હડીલાઈથી તે પીતું નથી તો તે દવા દોળી નાખે છે પણ દાકતરને તે વાત શરમની મારી તથા મનની નબળાઈથી જાહેર કરતી નથી. દાકતર તે દરદી બાળકને જુએ છે ત્યારે પોતાની પ્રથમની દવા તેને કાંઈપણ અસરકારક નહીં નીવડ્યાનું સમજી તે કાયમ ન રાખતાં દવા ફેરવીને બીજી આપે છે, અને તે વ્યાધિ નાબુદ કરવા માટે કોઈવાર તેથી સખ્ત દવા પણ ગુણુ થવા સાર આપે છે, કેમકે પ્રથમની દવા તે બાળકને બીલકુલ દેવામાં આવી નથી એમ તેને સ્વપ્ને પણ ખચર હોતી નથી, પણ તે બાળકની મા એ સંબંધમાં બીજું કાંઈ બોલતી નથી ત્યારે તે દવા તેને બરાબર આપેલી હશે એમ તે સમજે છે. એ પ્રમાણે મા પોતાના નબળા મનથી અને બાળકને નાબુદ ન કરવાના ખાટા હેતુથી તેના મનોવિકારને તાબે થઈને એકથી વધારે દિવસ સુધી તેને તે દવા ન આપતાં જાનીમાની દોળી નાંખે છે; તેનું પરિણામ કોઈ કોઈ વખત એવું પણ આવે છે કે યોગ્ય ને વખતસર ઓસડના અભાવે તે બાળકના પ્રાણુ જાય છે ત્યારે તે માતાના પશ્ચાત્તાપનો કશો પાર રહેતો નથી, પણ એ પરતાવો પછી શું કામનો? અને કદાપિ પોતાની કસુરની કબૂલત તે પાછળથી કરે તો પણ તે શું અર્થની? કેમકે એની એવી કસુરથી બાળકની હત્યા થઈ તે કાંઈ મિથ્યા થતી નથી.

ખીમાર બચ્ચાને જોઇને સગાવહાલાં કે ડોશીખારાં જે કલાં કરેછે કે ફલાણા બચ્ચાને આવે. રોગ થયો હતો ત્યારે તેને ફલાણું ઓસડ કરવાથી એકદમ આરામ આવી ગયો હતો, એમ જણાવીને તે ઓસડ અજમાવવાની તેઓ સલાહ આપેછે. એ પ્રમાણેની જો દવા કરવાની મરજી હોય તો તે વિષે દાકતરને વાત કરવી જોઇએ, અને તેની સલાહ પડે તો દાકતરી દવા બધ કરીને તે ઓસડ અજમાવવું જોઇએ, પરંતુ દાકતરને અધારામાં રાખીને બન્નેનાં ઓસડ એક સાથે આપવાં નહીં જોઇએ, અથવા દાકતરે દીધેલી દવા દોળી નાખીને બાળકને યોગ્ય ઔષધ વગરનું રાખવું નહીં જોઇએ, તેમ ઉટવેઘની દવા કદી કરવી નહીં જોઇએ.

બાળક દવા ખીવાની નાફરમાનીથી કદાપિ ના પાડે તો તેનાપર સખ્તાઇ કરીને પણ તે તેને પાયા વિના કદી રહેવું નહીં જોઇએ.

### ખોરાક.

જીંદગીના નીલાવ માટે જેમ દવા, પાણી, ને સ્પર્શના પ્રકાશની જરૂર છે, તેમજ શરીરના ઘસારાને પહોંચી વળવાને તેમજ તેમાં ગરમી રાખવાને ખોરાકની જરૂર છે.

ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણેની હાજત ઉપરાંત બાળકને તેના શરીરની વૃદ્ધિ માટે તથા તેનો જીવસો કામમ રાખવા સાથે વધારે ખોરાકની આવશ્યકતા કુદરતી રીતે રહેલી છે, તેથી તેને માફક આવે એવો પૂરતો ને પુષ્ટીકારક ખોરાક નાનપણમાં મળ્યા ન કરે તો તેનું શરીર જોઇએ તેવું વધી શકે નહીં, પુષ્ટ કે બળવંત બની શકે નહીં. તન મનની ચપળતા, જીવસો અને કાન્તિ આવી શકે નહીં, તેમ મગજ બરાબર કામ કરી શકે નહીં. જે બાળકને નાનપણમાં યોગ્ય ખોરાકનો જોઇતો લાભ ન મળે તે બાળક મોટું થયા પછી તેને ઘીના કુડામાં નાખવામાં આવે ! ગમે તેવી ને તેટલી દવા ખવરાવે તોપણ બચપણમાં પુષ્ટીકારક ખોરાક

મળવાના અભાવે તેનાં શરીરના ઉધરલાવને નુકસાન પહોંચેલું હોય તથા તે દુર્બળ રહી ગયું હોય તેની ખામી પૂરી પડવાનો સંભવ નથી, અર્થાત્ “અવસર ચૂક્યા મેહુલા ” સરખી સ્થિતિ રહેછે.

નાના બાળકને તે જન્મે ત્યારથી સ્તનપાન કરાવવામાં આવેછે, અને આશરે આઠ દશ માસનું તે થયા પછી ગાય વગેરેનું દૂધ ખોરાક તરીકે આપવામાં આવેછે. દૂધનો ખોરાક તે ઉમરે પહોંચે ત્યાં સુધી ચાલુ રાખવો એ હિતકારક છે. બાળક આશરે બારેક માસનું થાય ત્યાં સુધી તેને અનાજનો ખોરાક ખનતાં સુધી આપવો નહીં જોઈએ, પણ તેટલી મુદત પર્યંત દૂધ અને પાણી ઉપરજ તેને રાખવું એ ફાયદાકારક છે, કેમકે એમ કરવાથી તેના શરીરમાં તાકાત વધારે આવવાનો સંભવ છે. જ્યારે તે થોડો ઘણો અનાજનો ખોરાક ખાયા શીખે એટલે તેને દૂધની બીજકુલ જરૂર નથી, એમ કદી ધારવું નહીં. દૂધ જેવો શ્રેષ્ઠ ને શક્તિ આપનાર ખોરાક દૂનિયામાં બીજને એક પણ નથી, પૂરતું દૂધ મળ્યા સિવાય શરીરની સારી રીતે વૃદ્ધિ થઈ શકતી નથી. દહીં, માખણ અને ઘી સરખા પૌષ્ટિક પદાર્થ પચે તેટલા પ્રમાણમાં આપવાની અગત્ય છે.

બાળકને ચાર દાદો પુટ્યા પછી સંગીન ખોરાક આપવામાં આવેછે. એવી સ્થિતિએ પહોંચ્યા પહેલાં તેને નક્કર ખોરાક આપવાથી તેની તનદુરસ્તીમાં બગાડ થવાનો સંભવ છે. દાંતો વડે બરાબર ચાવવા શીખે ત્યારે જ તેને “ સ્ટાર્ચ ” (સાકર) વાળી ચીજને પચે તેટલી આપવી જોઈએ. કાગળની કાથળીમાં ખીંચા લરવા સરખું કરવું ન જોઈએ, અર્થાત્ તેની પાચનશક્તિ ઉપર માખાપતું લક્ષ્યબિંદુ સદા રહેવું જોઈએ.

નાનાં બાળકને ગળીગળી ને ખાટી ચીજને ખાવાનું ઘણું ગમેછે. સાકર, ખાંડ ગોળ વગેરેની ચીજને, તેમજ કેટલીક ખાટા સ્વાદવાળી ચીજને થોડા પ્રમાણમાં કોઈ કોઈ વખત આપવામાં અડચણ સરખું લાગતું નથી, પણ

તેવી ચીજો તેને અપચો થાય તેટલી બધી ને વારંવાર આપવી સલાહકારક નથી.

ખોરાક ભારે હોય તે તેની હોજરીને માફક ન આવ્યાથી નુકસાન થાયછે, પરંતુ કેટલાંક માખાપ પોતાના દૂધમલ બાળકને પોતાની હોંસની ખાતર, તેમજ તે જલદી રુષ્ટપુષ્ટ ને બળવાન થાય એવા ખોટા ખ્યાલથી જે તે ખાવાની ચીજ તેના મોઢામાં વખતોવખત મૂકીને ઘણાં રાજી થાયછે. બાળકને તે સ્વાદિષ્ટ લાગે તેથી તે ખાઈ જાયછે, તે જોઈને એવાં અજ્ઞાન માખાપ સમજેછે કે તેને ખૂબ ભૂખ લાગી હશે, જેથી તે ખુશી થઈને ખાઈ ગયું ! એવી ખોટી માન્યતાથી તેને જ્યારે ત્યારે એવી રીતે ખવરાવ્યા કરેછે, ઉપરાંત પોતે જમવા બેસે ત્યારે પણ પોતાના લાણુમાંથી જૂદી જૂદી વાનીઓ જરા જરા લેઈને તેને ખવરાવે છે. એ પ્રમાણે ખવરાવવામાં તે ખોરાકની જાતનો, વખતનો કે વજનનો કશો નિયમ સચવાતો નથી, તેથી બાળકની હોજરીને વિચિત્રાંતિ મળવી જોઈએ તે મળતી નથી, અને ઉલટો તેમાં વધારે પડતો બોજ થયા કરે છે, તેને પરિણામે પેટ તણાયછે, આફરો ચડેછે, અને અપચો થતાં કોઈવાર ઝાડો પણ થઈ આવેછે.

બાળકને ખાવાનું નિયમિત અંતરે આપવું જોઈએ. બહુ વહેલું નહીં, તેમ બહુ મોડું પણ નહીં. વખતનું ઘટનું અંતર ન રાખતાં થોડે ઘણે અંતરે ખોરાક આપ્યા કરવાથી પાચન ક્રિયામાં ખલેલ થાયછે, અને હોજરી નબળી પડી જાયછે. સાંજનું ભોજન ભારે નહીં જોઈએ.

બાળકને જે ખોરાક આપવામાં આવે તે સારી જાતનો તેમજ તે સારી રીતે પકવેલો, તેની હોજરીમાં જલદી પચે તેવો, તેની તબીયતને માફક આવે એવો, તેમજ પુષ્ટીકારક હોવો જોઈએ. તે ઉશ્કેરાઈ જાય તેવો ઉગ્ર ખોરાક તેને આપવો નહીં જોઈએ. સાદો ને સાત્વિક ખોરાક

આપવો જોઈએ. પૂરતો ખોરાક મળે નહીં તો તે શરીરે કમતાકાત થતું જાય છે, અને તેને પરિણામે તેને કેટલીક જાતના વ્યાધિ લાગુ થાય છે.

**ખાણકને કેવી જાતનો ખોરાક આપવો નહીં?—**આ પીવાની ટેવ બીલકુલ પાડવી નહીં, કેમકે તેથી મંદાગ્નિ થઈ અન્ન પાચનમાં અડચણ થાય છે. કબજિયાત ધર કરે છે. હોળરી, આંતરડાં અને જ્ઞાનતંતુને નુકસાન થાય છે, ને માનસિક નબળાઈ પેદા થાય છે. તમાકુની બીડીઓ પીવાનું વ્યસન જેમ મોટી ઉંમરનાં માણસો કરતાં ખાણકોને વધારે નુકસાન કરે છે, તેમ આ, કોણી વગેરેનો ઉપયોગ પણ ખાણકોને વિશેષ નુકસાન કરક થવા વિના રહેતો નથી. ટાટુંશીળું કે ઉતરી ગયેલું ખાવાનું આપવું નહીં, જે ચીજ જમવાનો તેને કંટાળો હોય તે ચીજ તેને આગ્રહ કરીને કે ફરજ પાડીને ખવરાવવી નહીં; તેમજ કોઈ પણ ચીજ વધારે પડતી ખવરાવવી નહીં. મોટી ઉંમરનાં માણસો ખાપ તેવો તીખો ને તમતમતો ખોરાક અવ્યયને આપવો નહીં. મરી, મસાલો ને અટણી વગેરે આપીને તેની જૂખને અસ્વાભાવિક રીતે ઉત્તેજવી નહીં. ખોરાકની અંદર મીઠું વાપરવાનું જૂલવું નહીં. એક ને એક જાતનો ખોરાક હમેશાં આપ્યા કરવો નહીં, કેમકે એમ કરવાથી ખોરાક ઉપર તેને જોઈતી રચી રહેતી નથી. અમુક એક જાતના ખોરાકમાં શરીરના પોષણ માટે જોઈતાં તમામ તત્ત્વો હોતાં નથી, જેથી જૂદી જૂદી જાતનાં અનાજ તથા કઠોળનો ઉપયોગ તેમને માફક આવે તેવી રીતે તેમજ રૂતુને અનુસરતો થવો જોઈએ. મતલબ અમુક જાતના અનાજ તથા કઠોળ કરતાં કરતાં વાપરવાં જોઈએ. કઠોળમાં પોષણ આપે તેવાં જૂદી જૂદી જાતનાં તત્ત્વો છે. સફેદીનો ભાગ વધારે છે તેથી તે વધારે પુષ્ટીકારક નીવડે છે. દરેક ખાણમાં બનતાં સુધી એકાદ નવી વાતી ફરતી ફરતી આવે તો તે ખાનારને પસંદ પડે છે. અનાજ સડેલું, કણે હોલું કે સળી ગયેલું હોય તેવું વાપરવું ન જોઈએ. વાસી, ઉતરી ગયેલો, કાઢી ગયેલો, ધૂગવાળો કે ઉઘાડો રહી ગયેલો ખોરાક ખાવો નહીં જોઈએ.



સવારનું રધિલું સાંજે ને સાંજનું રધિલું સવારે ખાવું નહીં જોઈએ. જૂદી જૂદી જાતની લીલોતરી શાક પાંદડું તેમજ લીલાં ફળો પણ તખીયતને માફક આવે તેવાં આપવાં જોઈએ. ખોરાકની જાલુસ ખુલ્લી રાખવી ન જોઈએ, અને તેના પર માખીઓ વગેરે જેસે તેમ થવું ન જોઈએ. જોઈએ તે કરતાં વધારે આહાર કરાવવો, અગર ઓછો આહાર કરાવવો એમાંનું એકે ધષ્ટ નથી.

બાળકો સવારના પહોરમાં નિશાળે જતાં હોય તો તેને કાંઈક નાસ્તો (હાજરી) કરાવ્યા પછી નિશાળે મોકલવા જોઈએ. ઘણાં બાળકો સવારના આશરે દશ બજે હુસ હુસ ખાંધને નિશાળે જાયછે, અને છેક સાંજે પાછા ઘેર આવેછે; વળી જો તેમને નિશાળે કસરત કરવાનું હોયછે તો તે કરતાં પણ મોડા એટલે સાંજે આશરે ૭ સાત વાગ્યે ઘેર આવેછે. કેટલાકને નિશાળનું મકાન ઘણું દૂર હોયછે. કેટલાકને પોતાના ગામડામાં નિશાળ ન હોવાથી પાસેના ગામમાં લાલુવા જવું પડતું હોય તો તેના અંતરના પ્રમાણમાં ઘેરથી વહેતું વહેતું જમીને તેમને પરવારવું પડેછે, એ પ્રમાણે એ આપડા બાળકોને છેક સાંજ સુધી જૂખનો કડકો વેડવો પડેછે એ દયાપાત્ર છે. જેમને આશરે ત્રણ ચાર કલાકે હાજરીમાં કુદરતી રીતે ખોરાકરૂપી કામલા પુરવા જોઈએ તેમને ૭ સાત કલાકનો કડકો થાય તે કેટલો બધો ભારે પડતો હશે, તથા તે તેમના શરીરની વૃદ્ધિને અંતરાયરૂપ ને આરોગ્યને હાનિકારક નીપજતો હશે તેનો દરેક માખાપે બરાબર વિચાર કરવો જોઈએ, અને એવાં બાળકને બપોર પછી કાંઈ પણ ખાવાનું મળે તેવી તજવીજ કરવી જોઈએ. જો બને તો છૂટીના વખતમાં ઘેર આવીને નાસ્તો કરી જાય અથવા પોતાની સાથે દૂધ અગર તનદુરસ્તીને માફક આવે તેવું-ચેવડો, ધાણી-દાળીયા આદિ કાંઈ ચવેલું-કુંજો પાણી તે સાથે લેઈ જાય, તેવી પેરવી ખામુખા કરવી જોઈએ. નોકર, ચાકર દ્વારા કે બીજી રીતે એ બાળકની જોડવાલુ થઈ શકે તેમ હોય તો તેમ કરવું જોઈએ.

ખાવાનું લેવા માટે તેમને બનતાં સુધી શેકડા પૈસા આપવા ન જોઈએ, કેમકે તખ્તીયતને માફક ન આવે તેવું કેટલીકવાર તેનું ખાવાનું લેઈને બાળકો આવે છે. સાંજે જેમને કસરત કરવાની હોય તેમનાથી એટલા બધા કઠાકના ભૂખે પેટે કસરત ખુશીથી અને સારી રીતે શી રીતે થઈ શકે ? તેમજ જ્યારે તે આપડા બહુ ભૂખ્યા થઈ ગયા હોય ત્યારે વિદ્યાભ્યાસ પણ સારી રીતે શી રીતે તેમનાથી બની શકે ! સાંજે બિચારા થાક્યા પાક્યા લોથપોથ સરખા થઈને ઘેર આવે ત્યારે તે એટલા તો ક્ષુધાપિડિત થઈ ગયેલ હોય છે કે તેમને માટે ઘરના ઉંઝરમાંજ ખાવાનું હાજર રાખ્યું હોય તો તે ત્યાંજ ઉભાં ઉભા ખાવા મંડી જાય !

આવી સ્થિતિમાં ઘેર આવ્યા પછી પોતાની ચોપડીઓ વગેરે બરાબર ગોઠવીને મૂકવાનું, તેમજ કપડાં ઉતારી યોગ્ય જગ્યાએ ટાંગવાનું તેમને જોઈતું ભાન લાગ્યેજ રહે છે. થાક ખાવાને જરાવાર પણ ન શેકાતાં પેટનો ખાડો પૂરવા તુરતજ ખેસી જાય તેથી જમવામાં તેમને જે આનંદ ને મજા આવવાં જોઈએ તે પ્રમાણે ક્યાંથી આવી શકે ? તથા ધીમેધીમે ખાવાની ધીરજ પણ તે આપડા શી રીતે રાખી શકે ?

એવા બાળકોના પેટનો ખાડો વખતસર પૂરવા દરેક માતાપે બનતી તજવીજ રાખવી એવી તેમની ખાસ ફરજ છે. સાધારણ રીતે જોતાં બાળકને દરરોજ આશરે ચાર વખત ખાવું હીક પડે છે.

## ફળ. (ક્રુટ.)

### લીલા ને સૂકો મેવો.

લીલાં ફળ ને મેવો એ મનુષ્યનો ખોરાક છે, કેમકે તેમનાં શરીરને જોઈતાં ક્ષાર વગેરે તત્ત્વો તેમાં વિશુદ્ધ રૂપે રહેલાં છે, તે પ્રાણશક્તિ ઉત્પન્ન કરેછે. બાળક આશરે દોઢ એ વરસની વયનું થાય ત્યાં સુધી તેને શાકલાળ તથા ફળ, મેવો આપવાં નહીં. એ થી ચાર વરસ સુધીના વયવાળાને માફક આવતાં પાકા ફળનો સહજ રસ આપવો. તે ચાર પાંચ વરસનું થયા પછી તેની પ્રકૃતિને માફક આવે તેવાં લીલાં ફળ ઘટતા પ્રમાણમાં આપવાં. સૂકો મેવો નાનકડા બચ્ચાને આપવો નહીં કેમકે તે જલદી પચતો નથી. કાચાં ફળ પણ આપવાં નહીં કારણ કે તે પણ સહેલાઈથી હજમ થતાં નથી, અને તેને પરિણામે બચ્ચું ઘણી વાર માંદું પડેછે, તેને અપચો, ઝાડો અને તાવ વગેરે વ્યાધિ થઈ આવેછે. અતિશય પાકી ગયેલાં, ઉતરી ગયેલાં તેમજ ગદગદી ગયેલાં ફળ પણ ખાવા આપવાં નહીં, કેમકે તેથી તનદુરસ્તીને નુકસાન પહોંચે છે. ફળ તાજાં, પાકાં ને મીઠાં જોઈએ. બહુ ખટાશવાળાં નહીં જોઈએ. ખટમધુરાં હોય તે વધારે સારાં.

ફળાહાર કરવાથી બૂખ ઘટેછે, પાચનશક્તિ અને શારીરિક બળ વધેછે, વળી તે લોહીને સાફ કરેછે, મગજને જોઈતું તત્ત્વ પૂરું પાડેછે તથા જ્ઞાનતંતુને કાયદો કરેછે. ટુંકામાં કહીએ તો યોગ્ય હદમાં તેનો ઉપયોગ કરવાથી શારીરપ્રકૃતિ સારી રહેછે. નાસ્તામાં તાજાં ફળ ઉપયોગી છે. ધંત્રેજી એક કહેવનમાં કહેલું છે કે “ક્રુટ સવારમાં ખાવાં એ સોના સમાન છે, બપોરે ખાવાં એ રૂપા સમાન છે, અને રાત્રે ખાવાં એ સીસાં સમાન છે.”

પ્રાચીન કાળમાં ઘણા યોગીઓ વગેરે ફળાહારને સૌથી ઉત્તમ માની તેના ઉપરજ પોતાનો ગુજારો કરતા અને તનદુરસ્ત રહીને દીર્ઘાયુષ ભોગવતા હતા. હાલમાં કેટલાક પ્રકારના વ્યાધિવાળા દરદીઓ ફળાહાર ઉપર લાંબો વખત રહેછે, તેથી તેઓ પોતાની ગયેલી તનદુરસ્તી ધણુંકરીને પુનઃ પ્રાપ્ત કરેછે.

મેાડી વયના બચ્ચાને ઢાઝમ, સફરજન, નારંગી, સંત્રા, અનનાસ, પપનસ, લીલી દ્રાક્ષ, કેળાં, પોપૈયાં વગેરે ફળ તેમજ બદામ, કાજુ, મગફળી, અંજીર, આરોળી, પસ્તાં, સફી દ્રાક્ષ, જરદાળુ વગેરે સૂકા મેવો જે તેમની તનદુરસ્તીને માફક આવે તે આપવાનું રાખવું. કોઈ ફળ કોડો સાફ રાખેછે, કોઈ અછાણને ફાપદો કરેછે, કોઈ જરા કબજિયાત કરેછે, કોઈ દંડક આપેછે, કોઈ મુખશુદ્ધિ કરેછે, કોઈ ઓકારી બંધ કરેછે, કોઈ સહજ જીલાબની ગરજ સારે છે, કોઈ સહેલાઈથી પચેછે તો કોઈ પચવામાં વધારે વખત લેછે, જેવું ફળ અને જેવી ખાનારની હોજરી. એક ઘીજ એક જાણને માફક આવે છે તો અન્યને તે અનુકુળ થતી નથી. કોઠાવિરામ છે.

કેરી, જાંબુ, જમરખ રાયણ, ગુંદાં, સીતાફળ, ખોર, અને કરમદાં વગેરે મોસમી ફળ પણ માફક આવ્યા પ્રમાણે વાપરવાં નેંધએ.

લીલોતરી શાક ઘણી જાતનાં આવેછે, તેવાં શાક પણ ઉપયોગમાં લેવાં નેંધએ, કેમકે પ્રકૃતિને માફક આવે એવી તાજી શાક લાજી વગેરે નહીં ખાધાથી, અથવા બહુ ઓછી ખાધાથી “રક્તવી” નામનો રક્તવિકૃતિનો રોગ થવાનો સંભવ છે. વળી એવું બકાનું નહીં વાપર્યાથી દાંતની મજબૂતીને હાનિ પહોંચેછે, મતલબ તે વહેતાં ડાહ્યા થઈને હલવા માંડેછે.

## જમવું.

જમતાં પહેલાં નિર્મળ પાણીથી કોગળા કરીને મુખ બરાબર સાફ કરવું જોઈએ. હાથ પણ સાફ કરવા જોઈએ, અને પગ કોઈ પ્રકારે અસ્વચ્છ થયા હોય તો તે પણ ધોવા જોઈએ. જમી રહ્યા પછી પાણીના કોગળા કરીને મુખ બરાબર સાફ કર્યા વિના કદી રહેવું ન જોઈએ, કે જેથી ખોરાકની કાંઈ કરચ દાંત વગેરેમાં ભરાઈ ન રહે. મા આપ જો પોતે હમેશાં એવી ટેવ રાખશે તો તે જોઈને તેમનું સંતાન પણ તેમ કરવાનું શીખશે.

નાનકડા બચ્ચાના મોઢામાં કાંઈ પણ મીઠો પદાર્થ મૂકવામાં આવે તો તેના ચહેરાપર સતોષની લાગણી જણાઈ આવેછે; પણ જો કડવો કે ખારો પદાર્થ મૂકવામાં આવે તો તે પોતાની જાલ જરા બહાર કાઢીને તથા આંખો જોરથી વીંચીને તેવા પદાર્થ માટે પોતાની અણુ-ગમાની લાગણી દેખાડ્યા વિના રહેવું નથી, એ ઉપરથી માલમ પડેછે કે—બાળકને મૂળથી જ ગળ્યું-ગળ્યું ખાવાનું ધણું ગમેછે.

જમતી વખત બચ્ચું રડે કે તેની પાસે ઘોંઘાટ કે શોરબકાર થાય એ સારું નથી. બાળક આવેશમાં અથવા ક્રોધમાં આવ્યું હોય, બહુ થાકે ગયું હોય તે વખતે તેને તુરત ખાવા દેવું ન જોઈએ, તેમજ તેને નહીં પચે તેવો ભારે પદાર્થ ખાવા દેવો નહીં. ખાતાં ખાતાં અને ખાધા પછી તુરત બહુ પાણી પીએ તેમ થવું ન જોઈએ, કેમકે તેથી જઠરસ પાતળો થઈને પાચનશક્તિને નબળાં પાડેછે. જમ્યા પછી થોડી વાર આરામ લેવો જોઈએ. શરીર કે મગજને થાક ચડે તેવો મહેનત તુરતમાં કરવી ન જોઈએ.

કોઈ બાળક સવારમાં ઉઠાવેંત, મોઢું દાંતણુપાણીથી સાફ કર્યા વગર ખાવા મંડી જાયછે. તેવી ટેવ ગંદી ને નુકસાનકારક છે. જમતી

વખત કોઇ બાળક પલોંડી વાળીને સ્વસ્થ થઇને બેસતું નથી, પણ ઉભે પગે બેસેછે, નાને કોળીએ ન જન્મતાં મોઢામાં મોટા કુચડા મારીને તેમજ તે બરાબર આસ્તેઆસ્તે ચાલ્યા વગર હુસહુસ ખાઇને તુરત ઉડી નીકળેછે તેવી ટેવ પણ મૂકાવવી જોઇએ.

મોટી ઉમરના પણ કેટલાંક ઉતાવળીઆ અને અણસમજી માણસો જાણે ધાડ આવી હોય એમ એકદમ જમી લેવામાં મગરરી માનેછે. તેવા માણસોએ એક કહેવત જોડી કાઢેલી છે કે “જેને ખાવામાં વાર તેના કામમાં શો ભલીવાર ?” કોડીમાં જેમ માણસો અનાજ ભરેછે તેમ હોજરીના ખાડામાં ગમે તેવી ખાવાની ચીજ ઝડપથી હોમી દઇને તે ખાડો પુરો કરી નાખવો એવો કાંઇ જન્મવાનો અર્થ નથી.

ખોરાક ધામેથી અને બરાબર ચાવીને ખાધાથી પાચનશક્તિને ઉતેજન મળેછે. જન્મતી વખત જે ચીજ પચવામાં સહેલી હોય તેના ગ્રાસ પ્રથમ લેવા. પછી બીજી ચીજ લેવી. નાને કોળીએ જન્મવું તથા તે દરેક કોળીઓ જ્યાંસુધી તેનો સ્વાદ આવતો બંધ પડે ત્યાં સુધી ચાવવો જોઇએ. કઠણ ચીજ હોય તેને પણ ખૂબ ચાવીને ખાવી જોઇએ. આર્ય લોકમાં એક કહેવત છે કે, જે માણસ પોતાના ખોરાક ને બરાબર ચાવતો નથી, તે પોતાનાં જીંદગીનો દુશ્મન છે; મતઝંખ બહુજ ઉતાવળથી ખાનારા વહેલા મરી જાયછે. લપલપ કરીને એકદમ ખાધેલો ખોરાક સહેલાઇથી હજમ થતો નથી, જેથી એવી રીતે બરાબર ચાલ્યા વગર ઝટપટ ખાનારાને કેટલીક વખત અપચાતું દરદ લાગુ પડેછે.

બાળકને નહીં ભાવે એવું ખાવાતું આપવામાં આવે તો તે બરાબર ચાલ્યા વગર તેના કુચડા જેમ તેમ કરીને પેટમાં ઉતારી દેવાની તગવીજ કરેછે પરંતુ જો તેને સ્વાદિષ્ટ લાગે તેવી ચીજ જન્મવાને આપવામાં આવેછે તો તે વધારે ચાવીને ખાયછે.

મોટી વયના માણસ કરતાં નાના બાળકને વધારે વખત ભૂખ લાગેછે, તેમજ તે ઝાઝો વખત સુધી ભૂખને ખેંચી શકતું નથી, તેથી જ્યારે તેને ભૂખ લાગે ત્યારે તુરતજ ખાવાનું દેવું જોઈએ. જમવા દેવામાં વિલંબ કરીને તેની ભૂખને મરી જવા દેવી ન જોઈએ. લાગી ભૂખે ખાવાથી અને ભૂખ પૂરતું ખાવાથી તે સહેલાઈથી પચી જાયછે. ભૂખથી વધારે પડતું ખાખા કરે તેથી તે વધારે મજબૂત થાય એમ ધારવું એ ભૂલભરેલું છે, આગ્રહ-દુરાગ્રહ કરીને બાળકને તેની ભૂખ કરતાં વધારે ખવરાવવું એને જમાડવું નહીં પણ વાસ્તવિક રીતે જોતાં ગળચાવવું કહેવું જોઈએ.

કુદરતી ભૂખ કરતાં વધારે પડતું ખાવાથી મીણો ચડેછે. માથું લારે થાયછે. હોજરીપર વધારે પડતો ખેંચે પડ્યાથી પેટમાં ગડબડ થાયછે. શરીરમાં સુસ્તી ઉત્પન્ન થાયછે. મન શિથિલ થાયછે, અને અજીર્ણ થવાથી કોઈવાર હેડકીનું દરદ ઉપડે છે. રોજે બહુ મોડું જમ્યાથી ઉંઘ બરાબર આવતી નથી. કુષા કરતાં વધારે પડતું ખાનારાઓના સંબંધમાં ઇંગ્લેન્ડમાં એક કહેવત છે કે, એવા માણસો પોતાની ઘેર પોતાના દાંતથી જ ખેદેછે.

સ્વાભાવિક રીતે બરાબર ભૂખ લાગે ત્યારે જેમ ભૂખ કરતાં ઘણું ઓછું ખાવું એ ભૂલ છે, તેમ ભૂખ કરતાં ઠાંસીને વધારે ખાવું એ પણ ભૂલ છે; પરંતુ જાણામાં મીઠો પ્રસાદ છૂટથી પીરસાયો હોય તો સામાન્ય નજરે જોતાં ભૂખથી ઓછું ખાવાની ભૂલ ઓછા જણ કરેછે અને ભૂખથી વધારે પડતું ખાવાની ભૂલ વધારે જણ કરતા જણાયછે. પૂર્ણાહુતિનો ઓડકાર આવી જાય છતાં હાથ તથા મોઢાને અટકાવવાનું ઘણાને ગમતું નથી ! એક દાકતર લખી ગયોછે કે “દુનિયામાં ખોરાકની તંગીથી જેટલાં માણસો મરેછે તેના કરતાં વધારે પડતું ખાધા ક્યારીથી વધારે માણસો મરેછે.

ખનતાં સુધી દરરોજ નિયમિત વખતે ભૂખ પૂરતું અને પ્રકૃતિને માફક આવતું જમાય તે આરોગ્યવર્ધક છે, પણ જમવાને વખતે કુષા લાગેલી ન હોય તો તે ટાણે જમવું નહીં જોઈએ. જમતી વખતે આનંદ ને ગમતની વાતો થાય, ખાધા પીધાની મનપસંદ ચીજો

વિષે વાતો થાય તથા તે વખત ખુશમિનજ અને મન શાંત હોય તો તેથી પાચનશક્તિને સારી રીતે પુષ્ટી મળતાં પરિણામે શરૂરને વિશેષ પોષણ મળેછે, માટે બાળકને નાનપણથી તેવી ટેવ પાડવી જોઈએ.

માબાપે બનતાં સુધી પોતાના બાળકને પોતાની સાથે જમાડવું જોઈએ, કેમકે એવા વખતમાં તેને પ્રસંગોપાત સારી રીતભાત શીખવવાનો અને સારી ટેવો પાડવાનો તેમને પ્રસંગ મળેછે. વળી એથી એક કુટુંબમાં અરસપરસ સારી રીતે ખ્યાર જામેછે, તેમજ બાળક બરાબર ચાવીને ખાયછે કે કેમ તે વગેરે જોવાની તથા તે બાબત જરૂર જણાય તો ઘટતી સૂચના આપવાની તેમને તક મળેછે.

દુનિયામાં ભૂખ એ એકલીજ એવી અજાયબ જેવી ચીજ છે કે જે માણસ પાસે આવી પોસાતી નથી, તેમ તેની પાસેથી ચાલી ગયેલી પણ કદી પોસાતી નથી ! તેની જ્યારે હાજરી ન હોય ત્યારે તે પોતાની હજુરમાં એકદમ હાજર થાય તે માટે માણસ આતુર હોયછે, પણ જેવી તે તેની પાસે આવે કે તેને તુરત પાછી હડસેલી કાઢવાને તે માણસ પોતાના બીજાં સતર કામ કારે મૂકીને પ્રવૃત્તિમાં પડેછે, અને ખાનપાન રૂપી પ્રતિસ્પર્ધાને તેની સામે લડવા ઉતારાને સ્વમાન વગરની એ નફ્ટ ભૂખને પોતાની હાજરીમાંથી હાંકી કાઢે ત્યારેજ તે નિરાતે જાંપીને બેસેછે. એ પ્રમાણે ભૂખે ત્યાંથી જ પાંચ ગણાને થોડા કલાક વીતે અને પાછાં વખતસર તેના દર્શન થવામાં ભોગજોગે વિલંબ થાય તો તે વિષેના વિચારમાં તેનો જીવ અથર ચડી જાયછે, અને ભૂખબાધની પાછી ક્યારે ઝાંખી થાય તેની કાગને ડોળે તે રાહ જુએછે ! એ મુજબ બાપડી ભૂખને આજે કે ગયે એમાંના એકે પ્રકારે સુખ નથી, તેમજ તેના મજમાનને પણ એકે રીતે કદી સંતોષ પ્રાપ્ત થતો નથી ! રોજ ઉડીને એજ પ્રમાણેનો રડકૂટો !



## રમકડાં.

નાતું બચ્ચું એ માળાપતું એક પ્રકારનું રમકડું છે ! થોડું મોટું થયા પછી એ બચ્ચાને રમકડે રમવું બહુ ગમે છે. તે ઘોડીયામાં સતું હોય ત્યારથીજ તેને માટે માળાપ ધુધરે લાવે છે, વળી તેના ઘોડીયાની દાંડીએ ઝમરખ દીંગા છે. મનગમતાં રમકડાં એ નાનાં બાળકના સમય સમયના સોબતી છે. રમકડાંથી બચ્ચાં બહુ રાજ ન થાય એવું ક્વચિતજ અને છે. રડતું બચ્ચું રમકડાં દેખીને તુરત છાતું રહી જઈને તેની સાથે રમવા મંડી જાય છે ! માળાપનાં મનથી રમકડાં નિર્જીવ છે, પણ બચ્ચાંના મનથી તે સજીવ જણાય છે, કેમકે એવાં રમકડાંમાં ખરેખર જીવ હોય તે પ્રમાણે તે તેની કેટલીક વખત સ્નેહથી સારવાર કરે છે.

લમોટી ને લમરડા સરખાં રમકડાં કે જે ઉપરથી બાળકને અગત્યનું કાંઈ શીખવાનું મળે નહીં, તેમની અક્કલ વધે નહીં, તેમ કલ્પના શકિત કેળવાય નહીં, તેવાં રમકડાં માળાપે પસંદ કરવાં ન જોઈએ.

બાળકને જે હાથમાં આવે તે મોંમાં મૂકવાની કુદરતી ટેવ હોય છે, તેથી તે ગળી જાય તેવાં નાનાં કદનાં રમકડાં તેને આપવાં ન જોઈએ, તેમજ પોતાના મોઢામાં ઘાલ્યાથી તેમાં તેનો રંગ ઉતરે એવાં કાચા રંગથી, કે ઝેરી રંગથી રંગેલાં રમકડાં તેને રમવા દેવાં ન જોઈએ. વળી એકજ વખતે જૂદી જૂદી જાતનાં ઘણાં રમકડાં તેમને રમવા માટે દેવા નહીં, કેમકે તેથી તેમને બહુ મગ્ન પડતી નથી.

બચ્ચાંઓને એવી તરેહનાં રમકડાં આપવાં જોઈએ કે જેમાંથી તેને કાંઈ નવું નવું જાણવાનું ને શીખવાનું મળે. શરૂઆતમાં દીંગલી, પુતળી, પોપટ, ચકલી, કૂતરો, બિલાડી, ગાય, બળદ, હાથી, ઘોડા વગેરે રમકડાં દઈને તે દ્વારા તેમને કેટલુંક જ્ઞાન આપી શકાય, તથા હોશિઆરી ખીલવી શકાય તેમ છે. રમકડાં એ એક રીતે જોઈએ તો તેની માનીતી અભ્યાસપોથીઓ છે ! જેથી એવાં રમકડાં પાછળ કરેલો ખર્ચ ફોંકટ જતો નથી.

વિજ્ઞાન ( સાયન્સ ) ના નિયમ અન્વય અનેલાં રમકડાં કે જેમાં અક્ષલ ખરચતી પડે તેવાં ખાસ પસંદ કરવાં જોઈએ, કે જે ઉપરથી ચરાણ, વિગળી, પવન વગેરે શક્તિઓનું જ્ઞાન બાળકને સહેલાઈથી આપી શકાય. સૂક્ષ્મદર્શક કાચ, લોહચુંબક, જાદુઈ જ્ઞાનસ, આગગાડી, આગબોટ, બલૂન વગેરે જૂદી જૂદી જાતનાં રમકડાં સાહિત્ય તરફ અપાવવાં જોઈએ. નાનાં બાળકોને રંગીન ચિત્રો બહુજ ગમેછે, માટે તેવી ચિત્રોવાળી ચોપડીઓ પણ તેમને જોવા માટે આપવી જોઈએ; પણ એ પ્રમાણેનાં રમકડાં તથા ચિત્રપોથીઓ પૂરી પાડીનેજ પોતે કૃતકૃત્ય થયા એમ માખાપે માનવું નહીં જોઈએ. મતલબ તેનાં રમકડાં તેમજ તેની ચિત્રોવાળી ચોપડીઓપરથી જે જે શીખવવા સરખું હોય તે પાસે રહીને તેને શીખવવું જોઈએ.

નેપોલ્યન બોનાપાર્ટ જ્યારે નાની ઉમરનો હતો, ત્યારે પીતળની એક નાની સરખી તોપ કોઈએ તેને ધનામમાં આપી હતી, તેની સાથે વખતોવખત રમ્યા કરવાથી તેનામાં શૈર્ષ અને લડાઈનો જુરસો ઉત્પન્ન થયો હતો એવું બેનસ નામના ગ્રંથકારે લખેલું છે.

માણસને જેમ પોતાના હાથથી બનાવેલી રસોઈ, પછી તે બરાબર લાવેતેવી હોય કે નહીં તોપણ તે તેને બહુ સ્વાદિષ્ટ લાગેછે, તે પ્રમાણે બાળકને પોતાના હાથથી બનાવેલાં રમકડાં બહુજ વ્હાલાં લાગેછે ! કેટલાંક બાળકો કાગળના વહાણ બનાવેછે, કોઈ હોડીઓ બનાવેછે, કોઈ જર બાજરીના સાંકાની સળીઓનાં તીરકામઠાં અને પલંગ વગેરે બનાવેછે, કોઈ બીજી જાતનાં એવાં રમકડાં બનાવીને તેનાથી ઘણીજ ગમત ને આનંદ મેળવેછે, તો કોઈ લીની રેતી કે લીની ધૂળમાં પગ નાખી ડેરી વગેરે બનાવીને બહુ ખુશ થાયછે.

## રમત.

રમવું એ બાળકની કેળવણીનો એક ભાગ છે. રમવું અને ભણવું એ એક બીજાના શત્રુ નથી પણ મિત્ર છે; માટે બાળકને જેમ ભણવાની જોગવાઈ કરી આપવામાં આવે છે, તેજ પ્રમાણે તેને સારી રીતે રમવાની જોગવાઈ પણ કરી આપવી જોઈએ. જે બાળક સારી રીતે ભણે તેને જેમ સાચાશી આપવામાં આવે છે, તે પ્રમાણે જે સારી રીતે રમે તેને પણ સાચાશી મળવી ઘટે છે. તેમનો છટ્ટીનો દિવસ મજા વગરનો જાય નહીં તેવી માયાપે તજવીજ કરવી જોઈએ. બાળકને મોકળા મનથી રમવા દેવાં જોઈએ.

રમત એ બાળકનો વિશ્રામ છે. સઘળા દેશના બાળકને રમવું એક સરખું ગમે છે, તેથી રમત એ સ્વાભાવિક છે એમ સિધ્ધ થાય છે. વળી તે એટલા ઉપરથી પણ સાબિત થાય છે કે માયાપ પોતાના બાળકની રમતમાં ગમે તેટલો અટકાવ નામે છતાં તે તેને સર્વાંશે નામે થશે નહીં, પણ પોતાને રમવા જવાની બધી કાર્યથી તેમોડું કસાણું કરશે, રડશે, દયા માગશે, થોડું ઘણું તોફાન સરખું પણ વખતે કરશે, અને લાગ ફાવશે તો બહાર રમવા માટે ઘરમાંથી છાનું માનું સટકી પણ જશે. માયાપની નજર ચુકવવામાં બાળકો બહુ આત્મક હોય છે !

ખાવું, પીવું ને ખેલવું; નાચવું ને ફૂલવું; દોડવું, હરવું ફરવું ને હડી-યાપાટી કરવી એના સરખી બચ્ચાંને માટે બીજી કોઈ મજા છેજ નહીં. બાળકની બહાવામાં બહાલી વસ્તુ તે રમત છે, અને તેવી રમતમાં તેઓ ઘણીવાર એવાં તો તદ્દિન થઈ જાય છે કે બૂમ તરસનું પણ ભાન એ ઘડી ભૂલી જાય છે ! દરરોજ થોડી ઘણી વાર પણ રમ્યા વગર તેમના મનની બીજ કશાથી જોઈતી શાંતિ થતી નથી.

વસ્તુસ્થિતિ આ પ્રમાણે હોવાથી બાળકને બહાર ખુલ્લી હવામાં રમવા જવાની રજ મળ્યાથી તેમને જેટલો આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે, તેટલો

આનંદ ખીજી ગમે તે ઘીજ તેને બક્ષીસ આપ્યાથી કદી થતો નથી. રમતમાં તેમને બહુ ગમત પડેછે, અને એવી ગમતના પરિણામે ભણવા ગણવા વગેરેના થાકતું નિવારણ થઇ જાયછે. રમતથી તેમનું મગજ તાજું, તેજ ને ચપળ થાયછે. રમત એ બાળકને અપૂર્વ આનંદ આપે છે તથા તે તેને આસુકું રાખેછે, વળી રમત વગર બાળકનું શરીર સુધરતું નથી, એ ઉપરથી પણ સ્પષ્ટ સમજાયછે કે બાળકને આરોગ્ય રાખવા માટે પણ રમત ગમતની ખાસ જરૂર છે. રમતથી તેમના શરીરમાં લોહીનું હરવુંફરવું વધેછે, તનની ખીલવટ સારી રીતે થાયછે, ને મન ખુશીમાં રહેછે તથા તેમાં નવું જૈતન્ય આવેછે.

રમતથી બાળક ચાલાક, ચતુર, બુદ્ધિશાળી, માયાળુ, સમયસૂચક, પરગજુ, હિંમતવાન તથા સહનશીલ નીપજેછે; વળી તેઓ એક બીજા સાથે સંપ રાખતાં, સ્નેહ રાખતાં, મૈત્રી બાંધતાં, નાનાં બાળકોએ મોટાં બાળકોને તાબે રહેતાં, પોતાની મનોવૃત્તિઓને કબજે રાખતાં, અમુક બાબતોથી ચેતતાં રહેતાં, અને ઇનસાફથી ચાલતાં, અને જૂદા જૂદા બાળકોના પ્રસંગમાં આવ્યા કરવાથી તેમના ગુણ સ્વભાવને ઓળખતાં, તેમજ એક બીજા સાથે સંમત થઇને અમુક કામ કરતાં શીખેછે.

દરેક રમતમાંથી તેમને કાંઇપણ નવું નવું જોવા મળવાનું, શીખવાનું તેમજ દુનિયાના ઘણી જાતના વ્યવહારની માહિતી મળેછે; વળી તેથી સ્પર્ધા, આત્મસંયમ વગેરે ગુણો પણ કેળવાયછે.

રમત એ પણ એક પ્રકારની છોટી દુનિયાં કહેવાયછે, તેમાંથી ઘણા પ્રકારના કેળવણી ને સમજણ મળેછે. એ દુનિયાંમાં ઘણી ઘણી જાતના પ્રસંગો અનુભવવાની તેમને તક મળ્યા કરવાથી અમુક અમુક સદ્ગુણો સહજ પ્રાપ્ત થઇ શકેછે. દુનિયાંમાં કેમ આગળ પડવું ને તેમાં કેમ વધવું તે શીખી શકાયછે. સ્વપક્ષ શું ? પરપક્ષ શું ? હક શું ? વગર હક શું ? કર્તવ્ય શું ?

અકર્તવ્ય શું ? ન્યાય શું ? અન્યાય શું ? સ્વાર્થ શું ? પરાર્થ શું ?  
પોતાપણું શું ? ધીરજ શું ? સુખ શું ? દુઃખ શું ? આદિ તેના સમજવામાં  
આવેછે અને તેમાંના કેટલાક કોઇના ગાંજ્યા ન જાય તેવા નીકળી આવેછે.

દોડદોડ ને ફૂદાફૂદ એ તાબું ને ઉછળતું લોહી પ્રત્યક્ષ કરેછે. બાળક  
ઘરમાં રમતાં હોય તો તે ઘરને અને મહોલ્લામાં રમતાં હોય તો તે મહોલ્લાને  
ગળવી મૂકેછે. એવાં બાળકો કેટલાંક માઆપોનાં મનથી લલે મસ્તીખોર  
લાગે પરંતુ તેવાંજ બાળકો મગજ અને શરીરથી ચાલાક હોયછે અને એવાંજ  
બાળકોમાંથી ઘણાં નામાંકિત માણસો થઇ શક્યાં છે અને થઇ શકશે.

ટુંટીઆ વાળીને ઘરમાં છાનાંમાનાં પડ્યાં રહેતાં હોય કે બહુ તો એક  
ખુણે બેસી ગંજપા કે સોગડાંબાજી જેવી બેડી રમત રમતાં હોય એવા  
લોહીમુઆ બાળકોનું ભવિષ્ય સુધરવાનો સંભવ નથી. એવાં બાળકો જીંદગી  
રૂપી લડતમાં કાંઇ પણ ધાડ મારી શકતાં નથી. તેઓ બાપડાં, પોતાં, દીક્રાં,  
નમાત્રાં, નાહિંમત, બુદ્ધિહીન, ને શરીરે મુડદાલ જેવાં રહેછે.

ખુલ્લી અને ચોખ્ખી હવામાં ચોખ્ખ પ્રકારની અને છૂટથી રમતો  
રમવાને અભાવે ઉપર પ્રમાણેનું પરિણામ આવતું હોવાથી રમતો રમવામાં  
બાળકોમાંથી કોઇ ચડે, કોઇ પડે, કોઇ ઉછળે, કોઇ ફૂદે, કોઇ ઠોકે, કોઇ  
પાછડાય, કોઇ કુટાય, કોઇ અફળાય, કોઇ ઝીંકાય, કોઇનું મોઢું રંગાય,  
કોઇ રૂએ, કોઇ હસે, કોઇ પોતાના બચાવ માટે બીજાને ઠોકે, કોઇ ખાય  
ધ્યા, કોઇ કરે બાથબાથા, કોઇ કરે હોકારા, તો કોઇ કરે પડકારા, તેથી  
માઆપે અણગમો કે કંટાળો આણવો જોઈતો નથી.

હિંદનાં બાપડાં અસંખ્ય બાળકોને તેમની રમત ગમતના સંબંધમાં  
માઆપ તરફથી જાણતાં કે અજાણતાં પણ ઘણા ગેરબનસાફ થાયછે.  
અફસોસની વાત એટલીજ છે કે દરેક મા અને બાપ પોતે એક વખત બાળક  
હતાં તે વખતે પોતે રમવામાં કેટલી મજા માનતાં તથા પોતાની વૃત્તિ,  
વજ્રણ, ને લાગણી કેવી હતી, પોતાને રમતો રમતી કેટલી બધી બહાલી લાગતી,

તે જાણે તદ્દન વિસરી ગયાં હોય તેમ બાળકો સાથે કુદરતથી વિરુદ્ધ રીતે વર્તે છે. રમવા, કૂદવા, નાચવા તથા ગાનગાન કરવા વગેરે બાળખેલને, તેમજ સ્વાભાવિક જાગૃતિ, જિજ્ઞાસા, ને જીવનમાં તેઓ મસ્તી ને તોફાનમાં ગણીને તેમ કરવાની તેમને મના કરે છે અને કહે છે કે “ભાઈ તું થાકી જઈશ” “પડી જઈશ” “તને વાગશે” “તારાં કપડાં ખરાબ થશે,” માટે તારે જે કદાપિ રમવું હોય તો ઘરમાં રહીને બેઠી રમત રમ” માખાપોએ વિચારવું જોઈએ કે રમવા ને દોડધામ કરવાના કુદરતી જીવનશૈલી, અને લોહી જેને અંદરથી ચટકા ભરી રહ્યું હોય, ગદગદીયાં કરી રહ્યું હોય એવા ચંચળ વૃત્તિનાં ને ચાલાક બાળકોને એવી બેઠી રમત કોઈ પણ રીતે ગમશે ખરી ? કદી નહીં.

દીકરા કરતાં દીકરીઓને આપણા મુલકમાં માખાપ તરફથી બહારની રમતના સંબંધમાં પ્રમાણમાં વધારે અન્યાય થતો જોવામાં આવે છે. બાળાઓને સહેજસાજ રમવાની કે ફરવાની તક મળતી હોય તે તેમની આશરે દશ વર્ષની ઉંમરથી બંધ પડવા માંડે છે, અને આશરે તેર ચૌદ વર્ષની ઉંમરની થાય એટલે તે તદ્દન બંધ પડી જાય છે. કેમ જાણે દીકરીઓને શરીરજ ન હોય ?

તીરકામદાની, તેમજ બીજી નિશાન તાકવાની રમતથી બાળકો નજર ફેરવતાં શીખે છે. દહીંના ઘોડાની રમતથી સ્પર્શશક્તિ અને અવાજ પારખવાની શક્તિ કેળવાય છે. અમુક માણસ સીડીપરથી ચાલ્યો આવતો હોય તેના પગલાંના અવાજથી તે કયો માણસ આવે છે તે તેમજ અમુક ગાડીના, અને તેના ઘોડાના દાખાના અવાજથી તે કઈ ગાડી આવે છે, તે વગર જોયે કેટલાંક માણસો કળી કાઢે છે. પતંગ ચડાવવા એ પણ બહુ આનંદદાયક રમત છે, વળી હાથમાં લીધેલ કોઈ પણ કામમાં તુરત ફેરફાર ન મળે તો તે સફળ થતાં સુધી ફરીફરીને કરવું એ પાઠ તે દ્વારા સારી રીતે શીખી શકાય છે.

આમલી પીપળી, નવનાગેલીઓ, ખીલપાડો, મોઘદાંડીઓ, ઓળ-કાળામણી અને ગેડીદડો એવી એવી ઘણી દેશી રમતો રમવા દેવા સરખી છે. ક્રિકેટ એ ગેડીદડાની નવી આવૃત્તિ છે.

**કેવી રમતો રમવા ન દેવી ?** જે રમતથી અકસ્માત થવાનો સંભવ હોય તેવી રમત રમવા દેવી ન જોઈએ. માખીઓ વગેરે જીવડાને પકડવાં, કૂતરાં, બિલાડાં વગેરેની પૂછડી ખેંચવી કે તેમને મારવાં એવી નિર્દય રમત કરતાં અટકાવવાં જોઈએ. સંતાકુકડી જેવા રમત કે જેમાં એક છોકરો બીજા છોકરાની બન્ને આંખો દાખેછે તેવી રમત રમવા દેવી ન જોઈએ, કેમકે એવી રમતથી કોઈવાર બાળકના નેત્રને ઓછું વધતું કાયમતું નુકસાન થવાનો સંભવ રહેછે.

યુરોપમાં એક છોકરાની તેના કોઈ સોખમીએ પાછળથી છાનામાના આવીને મસ્કરીમાં બન્ને આંખ દબાવેલી ત્યારે તે છોકરો પોતાની બન્ને આંખપરના પેલાના બન્ને હાથ કાઢી નાંખવાની કોશીશ કરવા માંડી એટલે તે દબાવનાર પોતાના હાથ તેપરથી ન ખસતાં બરાબર મજબૂત રહે તે માટે જોટલા અને તેટલા જોરથી તેની આંખો દબાવતો ગયો અને તેના પરિણામે તે બિચારો છોકરો સદાને માટે આંધળો થઈ ગયો હતો.

જે માખાપ પોતાના બાળકને બહાર રમવા જવા દેવાની રજા આપવાને કદી ઉત્સુક જણાતાં નથી, તેવાં માખાપને અવકાશને વખતે પોતાનાં બાળકો સાથે રમતમાં ભાગ લેવાની સલાહ આપવામાં આવે તો તેનો સ્વીકાર નજ થાય એ દેખીતું છે.

વાસ્તવિક જોઈએ તો પોતાનાં નિર્દોષ બાળકો સાથે અવકાશ થોડો વખત રમતમાં બેળાવું એ કામ છોકરવાદી સરખું નથી; વળી તેથી કરીને માખાપની મોટાઈ કે દરજ્જો કમી થઈ જતાં નથી. પોતાનાં નિર્દોષ બચ્ચાં સાથે રમવું તેના સરખો નિખાલસ આનંદ બીજેથી કદી મળી શકતો નથી. ઘણા

સુશીલીયન લોકો તેનો અનુભવ ખુશીથી તથા પોતાની ફરજ સમજીને કરે છે અને તે દ્વારા ઘણી ગમત ને આનંદ મેળવે છે.

સાક્ષર એડમંડ બંધને નાના બચ્ચાં સરખા થવાનું બહુજ ગમતું હતું. તે જ્યારે પોતાના ધંધાપરથી થાકીપાકીને ઘેર આવતો ત્યારે તેનું ખાસ બચ્ચું કૂદતું ને ખુશી થતું તેની પાસે આવતું તે જોઈને તે બહુજ આનંદમાં આવી જતો, પોતાની ફિકર ચિંતા ભૂલી જતો તથા તે બચ્ચાં સાથે બચ્ચું થઈને તેની સાથે એ ઘડી રમવા મંડી જતો ! તે કેટલીક વાર કહેતો કે નિર્દોષ બચ્ચાં સાથે એ પ્રમાણે મોજ મોગવતાં દિલ ઘણુંજ નિષ્પાપ થાય છે એટલે તે પ્રસંગે કાંઈપણ પ્રકારની અનીતિનો વિચાર આવી શકતો નથી.

બાલકાંડનો રાજ એથો હેતરી રમત રમતાં એક વખત પોતાના પાટવી કુંવરને પોતાની પીઠપર બેસાડીને પોતે તેનો ઘેરો થયો હતો, એવામાં અમુક રાજ્યનો એલચી તેઓને મળવા માટે આવેલ, ત્યારે એ રાજ્યને પોતાની એ રમતની સ્થિતિ કાયમ રાખી આવનાર એલચીને પૂછ્યું કે ભલા, આપને ત્યાં કાંઈ ફરજદ છે કે કેમ ? પેલાએ હા કહી, તે સાંભળીને એ રાજ્યને જવાબ આપ્યો કે ત્યારે તો આપ થોડીવાર મહે-રખાની કરીને થોભો, એટલે મારી આ રમત હું પૂરી કરી લઉં !

સ્પાર્ટનો રાજ એગીસીલેઅસ એક પ્રસંગે પોતાના રાજકુમાર સાથે લાકડાનો ઘેરો કૂદાવનો હતો ત્યારે તેવી સ્થિતિમાં તેમના કાંઈ ઓળખીતાએ તેમને જોયો, ત્યારે એ રાજ્યને તેથી શરમાઈ ન જતાં તે ઓળખીતાને પૂછ્યું કે તમારે ત્યાં એક પણ બચ્ચું થયું છે કે નહીં ? જવાબ નકારમાં મળ્યો ત્યારે એ રાજ્યને તેને સચના આપી કે તમારે ઘેર જ્યાં સુધી એક પણ ફરજદ થાય નહીં ત્યાં સુધી લાકડાનો ઘેરો કૂદાવીને મારા કુંવર સાથે રમતાં આપે મને આજે



જોયોછે તે વાત મહેરબાની કરી બીજા કોઇને કહેશો નહીં !

શહેનશાહ નેપોલ્યન પણ પોતાના શાહનદાઓ સાથે બાળખેલ કરતો, ત્યારે તે એટલો બધો આનંદમાં આવી જતો કે તે વખતે કોઇ માણસને તેમની કાંઇ કૃપા માગવાની તક મળતી તો તે તેમાં કદાચજ નિષ્ફળ થતો !

### કસરત.

નાના બાળકને શારીરિક કસરત કરવાનું કુદરત શીખવેછે, તે થોડું થોડું થાય કે પોતાના હાથપગને વખતો વખત હલાવ્યા કરેછે. એક વખત એક પડખે તો બીજી વખત બીજા પડખે વળેછે. કોઇ વાર ઉંચું થાયછે તો કોઇ વાર નીચું થાયછે. પારણામાં સૂતું હોય તેમાંથી બેડું થઇને બહાર ડોકીયાં કરેછે, હસેછે, કોઇવાર પમનો અંગુઠો તો કોઇ વાર હાથનો અંગુઠો કે આંગળી મોઢામાં ઘાલેછે; એ પ્રમાણે જૂદાજૂદા અવયવને કસરત મળે તેમ તે કર્યા કરેછે.

**કસરતના ફાયદા**—કસરતથી શરીર કસાયછે, અવયવ ખીલે છે અને દૃઢ થાયછે. સ્નાયુ મજબૂત અને લઘુ થાયછે. શરીરની સાથે મનને નિકટનો સંબંધ હોવાથી શરીરના વિકાસની સાથે મનનો પણ વિકાસ થાયછે. મનને કસવું એ પણ કસરત કહેવાય, માટે જેમ તનને તેમજ મનને પણ યોગ્ય કસરત આપતા રહેવું જોઇએ. શરીરના સારા બાંધાનો તથા બળનો આધાર ખોરાક ઉપર છે, ખોરાકનો આધાર તે પાચન થવા ઉપર છે, અને પાચનનો મુખ્ય આધાર ખુલ્લી અને ચોખ્ખી હવામાં કરેલી શારીરિક કસરત ઉપર અવલંબી રહેલ છે. કસરતથી જઠરાગ્નિ સતેજ થાયછે, ખાધેલું પચેછે, દસ્ત સાફ ઉતરેછે, ભૂખ બરાબર લાગેછે, ફેફસાં

વધારે ઝડપથી કામ કરેછે, છાતી પ્રકૃતિલત થાયછે, શરીરમાં લોહી ઝપાટાબધ કરેછે, મગજને પોષણ મળેછે, શારીરિક અને માનસિક બળ વધેછે, શરીરમાંથી આળસ અળગું થાયછે, કામ કરવાની સ્ફુરતી આવેછે, અને સૌંદર્ય પ્રાપ્ત થાયછે; વળી શ્રમ કર્યાથી નિદ્રા બરાબર આવેછે તેથી તનદુરસ્તી જળવાયછે. ખાનપાનનો લાભ ગમે તેટલો મળતો હોય તોપણ શારીરિક કસરતને અલાવે જોઇએ તેવું આશય ભોગવી શકાતું નથી માટે દરેક જણે સારી રીતે કસરત કરવી જોઇએ, તેમજ બનતાં સુધી બધાં અવયવને કસરત મળવી જોઇએ.

ઘરનાં જૂદીજૂદી જાતનાં કામે કરવાથી શરીરને બહુજ ફાયદો થાયછે માટે તે કરવાનો મહાવશ રાખવો એ સલાહકારક છે. સંઘળા પ્રકારની કસરતમાં ચાલવાની કસરત ઉત્તમ ગણાયછે. ચાલવાથી અને દોડવાથી બન્ને પગ મજબૂત થાયછે. એકલા જમણે પગે ઘણી મુદત સુધી કામ કરે તો તે પગ મજબૂત થાયછે અને ડાબે પગે તેમ કરે તો તે પગ મજબૂત થાયછે. જમણે હાથે તે પ્રમાણે કામ કરે તો જમણો હાથ, ને એકલા ડાબે હાથે કામ કર્યા કરે તો ડાબો હાથ મજબૂત થાયછે. બન્ને પગે કામ કરે તો બન્ને પગ ને બન્ને હાથે કામ કરે તો બન્ને હાથ મજબૂત થાયછે. હાથથી અથવા પગથી જોઇતી કસરત ન થાય તો પ્રમાણમાં તે અવયવ જોઇએ તેવાં વધી શકતાં નથી, પણ નાના કદનાં ને નિર્બળ રહેછે.

દંડ પીલવાથી શરીરના ઉપરના તથા નીચેના ભાગને કસરત મળે છે. મુગદળથી હાથ, છાતી ને પેટને કસરત મળેછે. તરવાથી જટર સુધરેછે, તેમજ ખુસ્તી હવાનો લાભ મળેછે. ઘોડા ઉપર સ્વારી કરવાની કસરત શરીરને કસનારી તેમજ વિશેષ ગમત આપનારી પણ છે. ઇંગ્રેજોમાં જેને થ્રેડે બેસતાં આવડતું ન હોય તેની કેળવણી અધુરી ગણાયછે.

ફિકેટ, ફૂટબોલ, ટેનીસ, સાઈકલ, ડમબેલ, પટા ખેલવાની, હોડીમાં

જેસી હલેસાં મારવા વગેરેની કસરત પણ પસંદ કરવા યોગ્ય છે. જૂદીજૂદી જાતની કસરતનો હેતુ એ છે કે તેથી જૂદાજૂદા અવયવને તેનો લાભ મળે.

સઘળા બાળકોનો શારીરિક બાંધો સમાન હોતો નથી, તેમજ સઘળાનું આરોગ્ય પણ સરખું હોતું નથી, જેથી અમુક કસરત બધાં બાળકોને એક સરખી રીતે અનુકૂળ થઈ શકતી નથી. નબળા બાંધાના ને સબળા બાંધાનાં બાળકોને તેમજ પુરૂષો અને સ્ત્રીઓને તેમની શારીરિક સ્થિતિ નજરમાં રાખી તેમને માફક આવે તેવી જૂદાજૂદા પ્રકારની કસરત યોગ્ય રીતે કરાવવામાં આવે તો તે તેમને વધારે લાભદાયક થાય.

**કસરત કરવામાં શું સાવચેતી રાખવી?** અકસ્માત થવાનો સંભવ હોય તેવી કસરત કરવી નહીં. મનને કંટાળો આવે એવી કસરત કરવી નહીં. ખુબ થાકી જવાય અને શ્વાસ ચડી આવે ત્યાં સુધી કસરત કરવી નહીં. પોતાની શક્તિનો ખ્યાલ રાખીને કસરત કરવી. બાધા પછી તુરત કસરત કરવી નહીં, તેમ છેક ભૂખ્યે પેટે પણ કસરત કરવી નહીં; કસરત કર્યા પછી તુરતજ જમવું, પાણી પીવું કે ન્હાવું નહીં; તેમ પવનના ખુસ્લા કપાટામાં રહેવું નહીં. કસરત કરી રહ્યા પછી છાતીપર ગરમ કપડું તુરત પહેરી લેવું ને વિશ્રાંતિ લેવી.

દળવું, ખાંડવું, રસોઈ કરવી, હામ વાસણ માંજવાં, ધોવું, વીંછવું, સાંધવું, ભરવું, કુવા વગેરેમાંથી પાણી કાઢવું ઇત્યાદિ કામ સ્ત્રીઓએ મોટી ઉંમરે પણ ચાલુ રાખવાં એ સલાહકારક છે, કેમકે તેના સરખી ઉપયોગી અને અસરકારક કસરત બીજી એકે નથી. જૂદાજૂદા પ્રકારનાં કામે કરવાથી શરીરના જૂદાજૂદા ભાગને કસરત મળેછે; ઘર કામ કદી ખૂટતું નથી, તે દરરોજ હોયછે, તેથી તેવી કસરત પણ મહાવરા પ્રમાણે દરરોજ

માફકસર મળ્યા કરેછે. માવાની કસરત પણ બાળાઓને તેમજ સ્ત્રીઓને તનદુરસ્તીના સંબંધમાં બહુ ઉપયોગી તેમજ આનંદજનક છે. જે બાળાઓનાં શરીર નાનપણમાં કામકાજથી બરાબર કસાએલાં હોય તેમને સ્ત્રી અવસ્થામાં પ્રસવનો પ્રસંગ આવે ત્યારે તે સહેલાઈથી બાળકને જન્મ આપેછે. ધાવણ પૂરતું ને પુષ્ટીકારક આવેછે, તથા તેમની પ્રજા તનદુરસ્ત ને મજબૂત થાય છે; પણ જે સ્ત્રીઓનાં શરીર બાલ્યાવસ્થામાં જોઈએ તેવાં કસાએલાં હોતાં નથી, તેઓનો પ્રસુતિકાળ ઘણુંકરીને બહુ કષ્ટજનક નીપજેછે, અને એમાંથી કોઈ કોઈ સ્ત્રીઓ મૃત્યુવશ થાયછે.

## કાન, નાક વીંધવાં, છુંદણું છુંદવાં.

એ જંગલી અને નિર્દય ચાલ છે. હરકોઈ માતા પોતે પોતાના બાળકપર એવો પ્રયોગ કરવાને ખુશી હોતી નથી, જેથી તે તેવું દયાહીન કામ, માની લીધેલી શોભાની ખાતર બીજા માણસ પાસે કરાવેછે. એ પ્રમાણે થવાથી “પારકી મા કાન વીંધે” એવી આપણામાં કહેવત ચાલેછે.

છોકરીઓના કાનની બૂટ વીંધાવીને તેમાં કણકુલ, ટોળીયાં, ઝાલ, એરીંગ વગેરે ધરેણું પહેરાવેછે. છોકરાઓની બૂટ વીંધાવીને તેમાં બૂટીયા વગેરે પહેરાવેછે.

છોકરાં છોકરીઓના કાનનો વચ્ચેનો ભાગ વીંધાવીને તેમાં કોકરવાં પહેરાવેછે.

છોકરીઓના કાનનો ઉપરનો ટોચનો ભાગ વીંધાવાને તેમાં વેળીયાં પહેરાવેછે અને છોકરાઓને કુલ અથવા છેલકડી પહેરાવેછે.

છોકરીઓનું નાક વીંધાવીને તેમાં કાંટો, નથ, કુલ, ચુંક અથવા વાળી વગેરે પહેરાવેછે.

એકનો એકજ હોમ એવા ખોટના છોકરાનું પણ નાક વીંધાવવાનો કેટલેક ઠેકાણે ચાલ છે.

એવાં વીંધાવેલાં નાક, કાન કોઇ કોઇવાર પાડેછે અને સણકા નાખેછે ત્યારે તે બાપડાં કેટલાક દિવસ સુધી હેરાન થાયછે, ને તેમને નાકક દુઃખ સહન કરવું પડેછે.

છુંદણાં પાડવાનો ચાલ સામાન્ય રીતે જોતાં પુરુષ વર્ગમાં નહીં સરખો છે. ઉતરતી કોમના કોઇ કોઇ પુરુષ વર્ગના માણસ હાથે પગે છુંદણાં પડાવેછે, પરંતુ છોકરીઓમાં તો ભાગ્યેજ કોઇ છુંદણાં વગરની રહેતી હશે. તેઓ પોતાને હોડે, પગે, હાથે, છાતીએ, હડપચીએ, ગાલે, અને બે ભમરની વચ્ચે વગેરે સ્થળે જંગલી વાઘરણો પાસે મશ કે વાલોળનાં પાંદડાનું ટીપું ચૂકાવીને તથા સોયવડે તેને ઘોખાવીને છુંદણાં પડાવેછે, એને ત્રાજવાં પણ કહેછે. એવાં ત્રાજવાં પાડતી વખત બેહદ પીડા થાયછે, જે કેટલીક વખત જોયું જતું નથી. પાછળથી એ છુંદણાંવાળો ભાગ કેટલાંકને સઝી આવેછે અને પાકી પડેછે, ત્યારે બહુ વેદના ભોગવવી પડેછે.

આવી જંગલી ને દુઃખદાયક રસમ બંધ થવી જોઇએ.

## ધરેણી.

ધરેણી શા માટે પહેરાવેછે? આજકને લાડ લડાવવા, તેમનાં શરીરને શોભાવવા, તથા એ પ્રકારે સંસારનો સ્થાવો લેઇ, પોતાની હોંસ પૂરી પાડવા, પોતાની શ્રીમંતાઇ, મોટાઇ ને ડાળદમામ દેખાડવા, પોતાની મગરૂરીને પોષવા આદિ કારણોને લઇને આ દેશમાં પોતાનાં આજકને ધરેણી પહેરાવવાનો રીવાજ ધણો પ્રચલિત છે.

સાચાં ધરેણી પહેરાવવા સરખી માઆપની આર્થિક સ્થિતિ કદાપિ ન હોય તો પછી ખોટાં ધરેણી પહેરાવેછે! પોતાના ધરમાં ધરેણી ન હોય તો સર અવસરે બીજાને ત્યાંથી થોડા દહાડા સાથે માગી લાવીને પણ પહેરાવવાને ચૂકતાં નથી!

પુરુષો કરતાં સ્ત્રીઓને આભૂષણ પહેરવાં તથા પહેરાવવાનો ધણોજ કોડ હોયછે, એવો કોડ તેની મર્યાદા કે વિવેકની બહાર જતાં શ્રેણીનું રૂપ ધારણ કરેછે.

અચ્યું અવતરું તે આરેક દિવસનું થાય ત્યારથીજ તેને પાંચ દોરીઆના નામથી ધરેણી પહેરાવવાની શરૂઆત કરી દેવામાં આવેછે! તે થોડું મોટું થયા પછી પગે કલ્લી કે સાંકળાં કે તે બન્ને, અને હાથમાં કલ્લી કે બંગડીરૂપે અંધન લગાવી દેવામાં આવેછે! વળી કાને કેટે પણ દાગીના લટકાવી દેછે! કલ્લાં, અહાસીઆ અથવા ત્રાજ વગેરે પગનાં ધરેણી કેટલીક વાર વજનમાં એટલાં તો ભારે હોયછે કે આજક તે સહેલાઇથી ઉચકી શકતાં નથી, તેથી તેમને લંગડાતું લંગડાતું ચાલવું પડેછે, અને પગે ચીથરાં વીટવાં પડેછે! ભારે દાગીના ધાલવાથી સ્નાયુને નુકસાન થાયછે, શરીરના તે ભાગમાં સરળપણે લોહી ફરી શકતું નથી, તેથી અવયવની વૃદ્ધિને હાનિ પહોંચેછે.

કાને ધરેણી ધાલવાથી કાન કેટલીકવાર પાકી પડેછે. હાથ, પગ

કે ડોકે ધરેણું ધાલવાથી તે ભાગમાં મેલ ભરાવાથી તે ભાગ ખરાબ થઇ જાયછે; એ પ્રમાણે ઘણી રીતે નુકસાનકારક થઇ પડે તેવા દાગીના ધાલવા શું કામનાં છે ?

ન જોઇતાં ધરેણું પાછળ કરેડો રૂપિયા રોકી રાખી લોકો તેનો છૂટથી અનુપાદક ઉપયોગ કરેછે, એથી પરિણામે દેશના ધંધા રોજગારને પુષ્કળ હાનિ પહોંચેછે, તથા આબાદીમાં તે અવરોધરૂપ થાયછે. ધરેણું ધાલવાથી માત્ર એટલુંજ નુકસાન થતું હોય તો જાણે ધૂળ નાખી ! પરંતુ એથી પણ ઘણી મોટી ને ભયંકર હાનિ નાનાં અન્યાયિને ધરેણું ધાલવાથી ઘણીવાર નીપજતી આપણા સાંભળવા કે જોવામાં આવેછે.

લોકો પોતાનાં બાળકને ધરેણું પહેરાવવાની જોડણી હોંસ રાખેછે, તેટલી તેને ચોર અને ખૂનીથી નિર્ભય રાખવાની કાળજી રાખતાં જોવામાં આવતાં નથી. એ બાબતમાં તેઓ બહુ બેદરદાર કે નભરવશ રહેતાં જણાયછે.

અમુક માણસના અન્યાયા હાથ, પગ કે શરીરનાં બીજાં અંગ-પરથી સાચું ખોટું અમુક ધરેણું કાઢીને કાઢી લેઇ ગયું અને તે બાળકને જ્યાં ત્યાં રખડતું મૂકી દીધું. કાઢીએ તેવા બાળકના અમુક અવયવને થોડી કે ઘણી ઇજા પહોંચાડી. કાઢી તેવા ધરેણુંવાળા બાળકને ઉપાડી ગયું, કાઢીએ આપણા નિર્દોષ અન્યાયી ધરેણુંની લાલચે કમકમાટી કરી એવી રીતે ખૂન કર્યું, કાઢી નોકર પોતાના શેઠના સંતાનનું ધરેણું કાઢી લેઇને તથા તેને જ્યાં ત્યાં નાખી દઇને, કે ગુંગળાવીને મારી નાખીને પલાયન કરી ગયો, ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ બનાવો અન્યાયી વખતોવખત આપણા સાંભળવામાં આવેછે.

આ પ્રમાણે દાગીનાની લાલચે આ દેશમાં દર વરસે સંખ્યાબંધ બાળકોની હત્યા થાયછે તેથી તેમનાં માઆપો એક રીતે તેવાં પાપનાં

ભાગીદાર થાયછે ! કેટલાંક બાળકોને હરામખોરો વરસો થયાં ઉપાડી ગયાંછે તેનો હજી સુધી પાછો પત્તો લાગ્યો નથી !

આવા બનાવ જમારે પોતાના ગામમાં બન્યાનું માથાપના જેવામાં આવેછે ત્યારે થોડા દિવસ સુધી પોતાનાં બાળકને ચોરથી બચાવવાની ફિકર રાખેછે. ધરેણી તમામ અથવા થોડાં કાઠી નાખેછે; પરંતુ થોડી મુદત વ્યતિત થઈ, વાત જરા વિસારે પડી કે પાછાં તેઓ પોતાનાં બાળકને અગાઉની પેઠે ધરેણી પહેરાવવા લાગેછે.

માથાપો જે દાગીનાની ખરેખરી શોભાજ સમજતાં હોય અને તે વિના તેમને ઉજી પડી જતું હોય તો મનગમતા દાગીના તેમણે પોતે પોતાની જાતપર પહેરવા એ બહેતર છે; પરંતુ પોતાનું કે પોતાને પહેરાવેલ ધરેણીનું રક્ષણ ન કરી શકે તેવાં બાળકોને તે પહેરાવીને તેમને પોતાના પ્રાણ ખોવા જોડે સુધીના નાહક જેખમમાં ઉતારવાં એ કાંઈ પણ પ્રકારે ઇચ્છવા જોગ નથી.

ખરી રીતે જોઈએ તો ધરેણી પહેરાવવાથી બાળક પોતે શોભતું નથી, પણ ખુદ તે ધરેણીજ શોભેછે. માથાપ પોતાના બાળકને એક સારી જાણસ પહેરાવે તેથી કરીને લોકો તે બચ્ચાનો ભાવ પૂછશે નહીં કે તેના કદી વખાણ કરશે નહીં, પરંતુ તે આભૂષણની કિંમત પૂછશે, તેની પરીક્ર કરશે ને તે ચીજ ઉમદા છે એમ પોતાનો અનુમત આપશે.

મંત્ર ધરેણીં ધાણવાથીજ બચ્ચાં શોભવાનાં નથી કે માથાપની એથી ખરેખરી મોટાઈ વધવાની નથી. જે પોતાનાં બચ્ચાંને શોભતાંજ કરવાં હોય તો તેમને દરરોજ સારી રીતે નવરાવી, રુતુને અનુસરતાં અને સ્વચ્છ કપડાં પહેરાવવાં જોઈએ, એથી એની જેમ શોભા વધશે તેમ તનદુરસ્તી પણ વધશે. વળી ધરેણીં નહીં ધાણવાથી તેઓ નિર્ભય રહેશે, તથા ધરની બહાર ખુલ્લી હવામાં છૂટથી ફરીહરી શકશે.



સ્વચ્છતામાં, સાદાઈમાં, ને સારી રીતભાતમાં જેવી શાલા' છે તેવી ઘરેણીનાં દોરે કરવામાં નથી !

સહગુણ જેવો બીજો શૃંગાર નથી. છોકરાંઓને ખરેખર દીપાવવાનીજ અંતરથી ઇચ્છા હોય તો તે સહગુણી નીવડે તેવા ઇલાજ કરવા જોઈએ, પરંતુ આ દેશમાં માઆપ પોતાનાં બાળકને નાના પ્રકારના શણગાર સજાવી તેમને દીપતાં ને લલકાદાર દેખાડવાને જેટલાં શોખી છે તેના દશમે હિસ્સે પણ તેમને સહગુણી બનાવવાને ઉત્સાહી ને આગ્રહી જેવામાં આવતાં નથી, એ કમનસીબની, શોકની, ને શરમની બીના છે.

પૈસા બચાવીને સોના રૂપાનાં ઘરેણાં ધડાવીને પોતાનાં છોકરાંઓને પહેરાવવા કરતાં તેટલી રકમ ખર્ચી તેમને યોગ્ય કેળવણી આપવામાં આવશે, તેમજ તેમનાં આચરણ સુધારવાનો યત્ન કરવામાં આવશે તો તે અનેક પ્રકારે કલ્યાણકારી થઈ પડશે.

નાનાં બચ્ચાંને ઘરેણાં ધાલવામાં ખરેખરે લાલ કાંઈજ નથી, પણ ગેરલાભ ને જોખમ બહુ જાતનાં છે તથા તે દેખીતાં ને સ્પષ્ટ છે.

## બાળકોને નાગાં રાખવાં નહીં

લાલના કરતાં ત્રીશ ચાળીશ વરસ અગાઉ આ દેશમાં બાળકોને નાગાં ઉઘાડાં રાખવાનો પ્રચાર વધારે હતો, પણ ધીમે ધીમે તેમાં સુધારો થતો ગયોછે, તોપણ હજી તેવો ચાલ કે સમજણ તદ્દન નાબુદ થયેલ નથી. બાળકોની ટાઢ બકરાં ચરી જાયછે ! તેમને બહુ કપડાંની જરૂર નથી, કપડાં વગરનાં તેમને નાગાં રાખી ફેરવવામાં આવે તો તેઓ ટાઢ તડકો વેડીને શરીરે કહણ, મજબૂત ને નીરોગી થાયછે એવી ઉંધી અને નુકસાનકારી સમજણ હજી પણ ઘણાં અજ્ઞાન લોકમાં ચાલતી હોવાથી તેઓ તેમને ઘણે ભાગે નજ અથવા અર્ધનજ સ્થિતિમાં ખુલ્લી જગોએ ધૂળમાં રમવા

દેહે. જે બાળકોનું ટાઢતડકાથી જોઇતું રક્ષણ યોગ્ય કપડાં પહેરાવીને કરવામાં આવેછે, તેના કરતાં કપડાંલતાં વગર પશુના બચ્ચાની પેઠે નવસાં રાખેલાં બચ્ચાંઓમાં મરણનું પ્રમાણ બેશક વધારે આવેછે. ટાઢ ને શરદી ખમવાથી બાળકો પ્રમાણમાં વધારે મરી જાયછે, શરીરમાંથી વધારે પ્રમાણમાં ગરમી ચાલી જવાનું એ પરિણામ છે એવું તેમનાં માબાપને જ્ઞાન હોતું નથી. અને એવી નગ્ન સ્થિતિમાં ઉછરીને જેઓ મોટી ઉંમરનાં થાયછે તેમાંથી ફેટલાંક શરીરે ઠીંગણાં રહેછે.

બાળકોને કપડાં પહેરાવ્યાથી તેઓ જલદી મેલાં કરી નાંખેછે, અને તેથી તે વારંવાર ધોવાની દરજ પડેછે, એવી કામરતાથી પણ ફેટલીક સુસ્ત માતાઓ પોતાના કાચાં-કુમળાં બચ્ચાંઓને જોઇતાં કપડાં ન પહેરાવતાં તેમને ટાઢથી થરથરતાં અને મેલાં થેલાં સરખાં રહેવાં દેહે, એ દીલગીરીની વાત છે. કપડાં નહીં પહેરાવ્યાથી બાળકના શરીરની અમુક ચામડી ટાઢથી ફાટી જાયછે.

બાળકોનાં શરીરની ગરમી જળવી રાખવા માટે તેમનાં શરીર યોગ્ય કપડાંથી ઢાંકવાની ખાસ જરૂર છે. રૂતુને અનુસરતાં કપડાં પહેરાવ્યાથી ટાઢથી બચાવ થાયછે અને શરીરમાંથી ઉષ્ણતા ઓછી જાયછે, જેથી તેમ કરવું એ એક પ્રકારે તેમને અમુક દરજજે ખોરાક આપ્યા બરાબર છે.

છોકરાને કપડાં પહેરાવ્યા વગર બહાર ફેરવવાં એ અસભ્યતાની અને શરમની વાત છે. છોકરા છોકરીઓને નગ્ન સ્થિતિમાં જોવાથી મોટી ઉંમરના માણસોને તેથી કોઇ કોઇ વાર અપવિત્ર વિચાર આવ્યા વિના રહેતા નથી.

આ પ્રમાણે હોવાથી બાળકોનાં શરીરની ગરમી યોગ્ય કપડાંલતાં-ને અભાવે ચાલી ન જવા માટે મા બાપે તેમને નવસાં ન રાખતાં યોગ્ય પ્રકારના અને જોઇતાં કપડાં પહેરાવતાં રહેવું જોઇએ.



## કપડાં.

શરીરના સંરક્ષણ માટે જેમ અનુકુળ હવા, પાણી, સ્પર્શ પ્રકાશ, પૂરતી નિદ્રા તથા યોગ્ય ખોરાકની જરૂર છે, તેમ રૂતુને અનુસરતા પોશાકની પણ આવશ્યકતા છે.

નાના ધાવતા બચ્ચાનાં કપડાં દિવસમાં એક બે વાર બદલવાં જોઈએ કેમકે પેશાબ, ઝાડો ને ધાવણથી તે ખરાબ થાય છે.

સવારે પહેરાવેલું કપડું સાંજ સુધીમાં બદલ્યું ન હોય તો રાતે સૂવાડતી વખતે તો તેને અવશ્ય બદલવું જોઈએ. જે કપડું શરીરની અડોઅડ પહેરાવવામાં આવે તે કપડું સ્વચ્છ અને દરરોજ બદલાય તેની વધારે કાળજી રાખવી જોઈએ, કેમકે એથી બીમારીથી બચાવ થાય છે.

આ બાબતમાં આપણામાં ઘણા લોકોની ઉંધી સમજણ જોવામાં આવે છે. તેઓ બદન રોજ બદલતાં નથી, અને એમ કહે છે કે અંદરના એ મેલખાયા કપડાને કાણુ દેખે છે ? આ પ્રમાણેનું વર્તન રાખનારા દુનિયાને છતરે છે કે પોતાની અકલને છતરે છે કે પોતાના અથવા બાળકના શરીરને છતરે છે તે વિષે તેઓએ વિચાર કરવો ઘટે છે.

બાળકને રાતે ધરતી બહાર કાઢવું ન હોવાથી તેને કાંઈ દેખે તેમ નથી એમ સમજીને રાતે ઉઘાડે શરીરે તેને સૂવાડવું નહીં જોઈએ, પણ રૂતુને અનુસરતું એક પહેરણ પહેરાવી રાખવું જોઈએ. કપડામાં કંજુસાઈ કરવી તે પરિણામે મોંઘી પડે છે.

**કપડાં કેવાં જોઈએ ?** ટાઢ તેમજ તાપથી બરાબર રક્ષણ થાય તેવાં જોઈએ. ગરમ હવા બદલાઈને ઠંડી હવા થાય અથવા ઠંડી હવા બદલાઈને ગરમ હવા થાય ત્યારે તેને અનુસરીને કપડાં તેવી રૂતુને અંધમેસતાં હોવાં જોઈએ. કપડાં ગરમ, કુમાશદાર, જેમ બને તેમ હલકાં વજનનાં તેમજ તે તેમને

ખુંચે નહીં તેવાં જોઇએ. વધારે પ્રકારનાં કપડાં પહેરાવીને જોજો વધાર્યાથી જેમ નુકસાન થાયછે, તેમ હાજત કરતાં ઓછાં કપડાં પહેરાવ્યાથી પણ નુકસાન થાયછે, માટે જરૂરીયાત પ્રમાણે તેમને વસ્ત્ર પહેરાવવાં.

હવામાં શિતોષ્ણતાના ફેરફારની અસર પુખ્ત વયના માણસ કરતાં નાનાં અવ્યંખર વિશેષ થાયછે તેથી તેમને માટે વધારે સંભાળની જરૂર છે. ટાઢ પડે ત્યારે કુદરતી ગરમી જળવવા માટે ફલાનલ કે એવા ખીજ ગરમ ને સોજા કપડાની ખાસ જરૂર રહેછે. ઠંડી એ મોત છે એવી ઇંગ્લેન્ડમાં કહેવત છે. બાળકની છાતીની પેડે પગને પણ ગરમ રાખવાની જરૂર હોવાથી પગે ઊનનાં મોજાં પહેરાવવાં જોઇએ. કુદરતી ગરમી શરીરમાંથી કમી થઇ જાય તો તખીયત અગડ્યા વિના રહેતી નથી. બહુ તાપ પડે ત્યારે સુતરાઉ ને ઝીણાં પોશાકની અગત્ય છે. યોગ્ય પોશાકથી શરીરનું બરાબર રક્ષણ થાયછે. શરીરનાં અવયવ બરાબર છૂટાં રહે અને તેના પર દબાણ ન થાય તે માટે કપડાં હમેશાં ઢીલાં ને ખુલાસાવાળા જોઇએ કે જેથી શારીરવૃદ્ધિને તે કાંઇ રીતે અડચણકારક ન નીવડે તથા હરવા ફરવામાં કશી હરકત ન આવે. અંગરખાની બાંધ, તેમ લેવાના પાચ્યા મોકળા રાખવા. બાળકના બદન વગેરેને બોરીયાં, બટન અથવા હુક નાંખ્યાથી શરીરને તે ખુંચેછે, પણ ઢીલી કસોથી એવી અડચણ થતી નથી માટે તેવી કસો કરાવવી એ સલાહકારક છે.

**કપડાં કેવાં નહીં જોઇએ?**—તંગ કપડાંથી બાળકની કામળ સ્નાયુઓ દબાયછે, લોહીના ફરવાને અડચણકારક થાયછે, તેમજ તેમને તે પહેરાવતાં તેમજ કાઢતાં બાળકનાં કુમળાં અવયવો મરડાયછે. એવાં કપડાં પહેરેલાં રહે તેટલી વખત શરીર જકડાઇ જાયછે. લેવો કે ધોતીયું સખ્ત બાંધ્યાથી કેડે કાપા કે આંકા પડી રહેછે, ઉદરનો ભાગ દબાય તો પાચનક્રિયાને અડચણ થાયછે. કમખીને તાણીને બાંધ્યાથી દમ લેવામાં અડચણ પડેછે. પગે સખ્ત ગારટર બાંધ્યાથી

ખૂણુ લોહીને ફરવામાં નક્કર થાયછે, મોટે કપડાં બાળકના ખભા ઉપરથી લટકાવીને પહેરાવવાં જોઈએ.

બાંધ વગરનો એકલો કબજો પહેરાવવો એ બહુ કામનો નથી, તેમ તેમાં સમ્યક્તા નથી. આખું શરીર ઢંકાય તેવાં વસ્ત્ર પહેરાવવાં જોઈએ.

બચ્ચું આગળ જતાં મોટા કદનું થશે એવી સમજણથી તેનાં કપડાં ઘણાં જેવાં કેટલાંક માણસો કરાવેછે તે તેના શરીરને બરાબર બંધાવેલતાં થતાં નથી.

બીનું કપડું પહેરાવ્યાથી અથવા રુતુને અનુસરતાં અને પૂરતાં કપડાં નહીં પહેરાવ્યાથી શરદી થવાનો સંભવ છે.

રંગીન કપડાં કરાવવાં હોય તો તેમાં ઝેરી રંગ ન આવે તેવી સાંભાળ રાખવી જોઈએ. સફેદ રંગનાં કપડાં સૌથી વધારે પ્રસંદ કરવા લાયક છે.

કપડાં મેલાં કે ફાટેલાં નહીં જોઈએ. મેલાં થાય તો તે તુરત ધોવાં જોઈએ, અને ફાટે તો તુરત સાંધવાં જોઈએ. ઝૂલું થઈ ગયેલાં કે કાઢનાં ઉતરેલાં પાતરેલાં વસ્ત્ર બાળકને પહેરાવવાં એ ઈષ્ટ નથી.

**ઉનનું કપડું:**—ચામડીને બરાબર ઓડે એવી રીતે ગરમ કપડાં ટાઢ ને શરદીના વખતમાં બાળકને પહેરાવવાં જોઈએ, નહીંતર તેને વખતે ઝાડો થઈ આવેછે.

ફલાનલના કપડાંથી બહારની ઠંડીની અસર સહજ થતી નથી, તથા ડીલમાં હુંકે સારી રીતે રહેછે તેથી તેવાં કપડાં શિઆળા તથા ચોમાસામાં તો અવશ્ય વાપરવાં જોઈએ, તેમજ તેવું કપડું ત્વચાની ઉપર અથવા તેની નીચે બહુ ઝીણું બદન રાખીને પહેરાવવું જોઈએ,

તથા તેવું કપડું જેમ અને તેમ ઝીણા વણાટનું, સુંવાળું અને હલકા વજનનું પસંદ કરવું જોઈએ.

ગરમ કપડાં વધારે મંદવાહક હોવાથી તેથી શરીરની ગરમી સાચવી શકાયછે; મતલબ કે તે ગરમીને શરીરમાંથી ઉતારવળે બહાર નીકળી જતી અટકાવેછે, અને બહારની ઠંડી હવાની શરીરપર અસર થવા દેતાં નથી. ગરમ કપડાં પહેરવાં એ એક રીતે ખોરાક ખાધાં બરાબર છે, કેમકે તેથી શરીરની સાચવણી થયાથી જૂખ ઓછી લાગેછે, અને ખોરાકની જરૂર કમી પડેછે. ઉનનું કપડું બીનાશને ધીમેથી પણ મોટા પ્રમાણમાં શોષી લે છે; વળી તે શરીરમાં બીનાશને જલદીથી પ્રવેશ થવા દેતું નથી તેથી પહેરનારને શરદી લાગવાનો સંભવ ઓછો રહેછે. પરસેવાને ચુસવાનો તેનામાં ગુણ હોવાથી ઉનનાં પહેરેલાં કપડાં સુતરાઉ કપડાનાં પ્રમાણમાં વધારે મેલાં થઈ જાયછે.

**સુતરાઉ કપડું**—ઉણલકાળમાં વધારે ઉપયોગી થઈ પડેછે. ટાઢના વખતમાં ગરમ કપડાંની પેઠે તે શરીરની ગરમીનું રક્ષણ કરી શકતું નથી.

**રેશમી કપડું**—બીનાશને એકદમ શોષી શકતું નથી.

**શણનું કપડું**—બીનાશને જલદીથી બીજાં ઠંડાણે પહોંચાડેછે, અને શરીરને ઠંડું કરી દેછે.

**સફેદ રંગનાં કપડાં**—સૂર્યની ગરમીને શોષી નહીં લેતાં તેને પાછા ફેંકેછે, મતલબ તે તાકીદે ગરમ થતાં નથી તેથી તેવાં સુતરાઉ કપડાં ઉનાળામાં પહેરવાં એ સાચું છે.

**કાળા રંગનાં કપડાં**—સૂર્યની ગરમીથી જલદી ઉનાં થતાં હોવાથી શિયાળામાં પહેરવા માટે તે વધારે પસંદ કરવા લાયક છે.

## પગરખાં.

કાંકરા કે કાંટા વગેરેથી પગનું રક્ષણ કરવાની જમારે જરૂર પડે ત્યારે પગરખાં પહેરવાનો રીવાજ મૂળ પડ્યો હશે એમ જણાય છે. ગામડાના લોકો તેને હજી પણ કાંટારખાં એ નામથી ઓળખે છે, પરંતુ એ મૂળ હેતુનું સ્વરૂપ હાલના જમાનામાં ઘણું ભાગે બદલાયું છે અને માની લીધેલી શોભા, શોખ, ફેશન અને દેખાદેખી તરફ ઘુમ્યું છે, તથા દિનપરદિન વિશેષ ઘણું જાય છે. પગરખાં પહેરીને બહાર નીકળવું, જાહેર મીલાવડા વગેરે સ્થળે પગરખાં પહેરીને જવું એ વિવેકનો ને રાંતભાતનો એક તરાંકો ગણાય છે એ જૂદી વાત છે.

અમુક ઉંમર થતાં સુધી બાળકોનાં શરીરનાં બીજાં અવયવોના કદની વૃદ્ધિ થતી રહે છે, તેમ પગની પણ થાય છે. તેમના કામળ પગને ઘરમાં પણ ઉપાન વગર ન રાખતાં રાત દિવસ બૂટ રૂપી ખેડીથી બંધીખાનામાં રાખવામાં આવે અને ઘરમાં પણ ઉઘાડે પગે ફરવા દેવામાં ન આવે તો તેથી ફાયદાને બદલે હિલકું નુકસાન થાય. પગનો કુદરતી ઘાટ બદલાઈ જઈને ખેડોળ અને તથા તેની જોડે તેવી વૃદ્ધિ થઈ શકે નહીં, તેમજ કેટલીક જાતની હેરાનગતિ નાહક સહન કરવી પડે.

પગરખાંની આકૃતિની પસંદગી કરવામાં પણ ધંરકી દેખાવાની ખાતર શરીરનાં સુખ ને સગવડને જાણી જોઈને ઘણીવાર વિસારી મૂકવામાં આવે છે. મોટા આગળથી ઘણા સાંકડા ને અણીયાળા પંજા હોય, વળી તે બહુ તંગ ને કસકસતાં હોય તેવાં કાંટાળુ પગરખાં વાપર્યાથી પગ પર દબાણ થાય છે. લોહી બરાબર ફરીહરી નહીં શકવાથી એક જગ્યાએ તે એકઠું થાય છે ને પરિણામે માથાનો દુખાવો કે સોજો વગેરે દરદને ઉત્પન્ન થવાનો તેથી અનકાશ મળે છે. આંગળાં છૂટથી રહી ન શકતાં અકડાઈને બેઠાઈ

જાય છે. અંગુઠો, પાસેના આંગળાને દબાવે છે અને એક આંગળું થોડે ધણે ભાગે ખીજા આંગળાપર ચડી બેસે છે ! પગની ચામડી છોલાઈને છાજાં પડે છે અને એ પ્રકારે પગનો કચરચાણ નીકળે છે.

મોઝાં પણ તંગ હોય તેવાં પહેરવાં નહીં જોઈએ કેમકે તેથી પણ લોહાને ફરવામાં અડચણ આવે છે.

ખાળકનાં પગરખાં પગમાં ખરાબર બંધબેસતાં આવે તેવા ઘાટનાં પસંદ કરવા જોઈએ. તે સહેલાઈથી પહેરાય ને સહેલાઈથી કઢાય તેટલા મોકળાં રાખવાં કે જેથી ચાલવા દાલવામાં કશી અડચણ આવે નહીં, તથા પગ જલદી થાકી જાય નહીં. પગરખાંનો આગલો ભાગ પહોળો રખાવવો; સળાઈ નરમ રખાવવી, આખું તળીયું જાડું ને સપાટ રખાવવું. એડી ખીસકુલ કરાવવી નહીં, એ પ્રમાણેની તજવીજ રાખવામાં ન આવે તો તેમના શરીરને અડચણ સહન કરવી પડે છે, ને કોઈવાર તેથી હમેશને માટે નુકસાન થાય છે.

પગરખાં આખો દિવસ પગમાં ધસાવી ન મૂકાવનાં જરૂર હોય તેટલોજ વખત ખાળક પગરખાં પહેરે એમ થવું બહેતર છે. શરદીના વખત વિના ઉનનાં મોઝાં પગે પહેરાવી રાખવાં એ સલાહકારક નથી.



## નહાવું.

નહાવું એ પણ એક જાતની કસરત છે.

નહાવું એટલે શરીરપર અમસ્થું એ ચાર લોટા પાણી ઢોળવું કે ચોપડવું કે શરીર માત્ર પલાળવું એમ નહીં, પરંતુ શરીરપરનો મેલ બધો નીકળી જાય ને શરીર સ્વચ્છ થાય એવી રીતે ચોળી મસળીને નહાવું. શરીરપર અસંખ્ય સૂક્ષ્મ છિદ્રો છે, તે છિદ્રો ખુલ્લાં થવા માટે, તથા શરીરપર ચડેલો મેલ દૂર થવા માટે ખુદોળા ને નિર્મળ પાણીએ નહાવું જોઈએ, અને નહાયા પછી ચામડીને તુરંત સૂકી કરવી જોઈએ. માંદાં હોય કે સાગાં પણ શરીરને સ્વચ્છ રાખવું એ જરૂરનું છે.

ચામડીની એક ચોરસ ઇંચ જગ્યામાં આશરે અઠાવીશસો છિદ્રો હોયછે તેમાં પેસી ગયેલો મેલ નીકળી જાય તેવી તજવીજથી નહાવું કે નવરાવવું એજ સ્નાનાક્રયાનો ખરો હેતુ છે.

તુરંતના જન્મેલા બચ્ચાનું બદન ચરખીવાળી ચીકાશથી ભરેલું હોયછે, જેથી તેને સદજ્જ ગરમ પાણી ને સાણુ વગેરે મેલ કાપે તેવી ચીજથી નવરાવીને આશુ ને ગરમ કપડું તુરંત ઓઢાડવું જોઈએ. નવરાવતી વખત તેને ઠંડો પવન ન લાગે તે માટે બરાબર સાવચેતી રાખવી જોઈએ.

નાના બાળકને શરીરપર વધારે મેલ જામેછે જેથી તેને બનતાં સુધી રોગ, નહીંતર એક આંતરે તો અવશ્ય નવરાવવું જોઈએ.

બાળકને હમેશા નવરાવવાથી તેના શરીરની કાન્તિ વધેછે તથા તે નીરોગી રહેછે. વળી તેને માંદી ઉંઘ આવેછે અને ગુમડાં, ખસ, લુખસ, ખોટો કે ઉંઢરી વગેરે રોગ થતા નથી, પરંતુ તેને ગંદું રાખ્યાથી તે ઘણી વાર ત્વચારોગી થાયછે, માથામાં જુઓ પડેછે ને શરીર કઠરું થાયછે.

કોઈ પણ બચ્ચાને ઉઘાડી જગોમાં નવરાવવું નહીં. જ્યાં શરીર-પર પવનનો સપાટો આવે તેમ હોય ત્યાં નવરાવવું નહીં. ઉંઘમાંથી ઉઠ્યા પછી કે ધવરાબા પછી તુરતમાં નવરાવવું નહીં. તેને બહુ પસીનો આવ્યો હોય તે વખતે પણ તુરત નવરાવવું નહીં. હંડા પાણીએ નવરાવવું નહીં, પણ પ્રકૃતિને માફક આવે તેવા કોકરવરણા (નવશેકા) પાણીથી નવરાવવું. ખુલ્લા તડકામાં અને ખુલ્લી હવામાં નવરાવવું નહીં. ઓરડી અગર બંધ જગોમાં જ્યાં બરાબર અજવાળું પડતું હોય ત્યાં નવરાવવું. નવરાવવામાં પાણીની કસર કરવી નહીં, તેમ નાના બચ્ચાને નવરાવવામાં પાંચ મિનિટ તથા મોટા બાળકને નવરાવવામાં દશ મિનિટથી વધારે વખત બનતાં સુધી ન લાગે તેવી તજવીજ રાખવી. તેના શરીરપરની ચીકણ દૂર થવી જોઈએ. નવરાવતી વખત ખાસ કરીને હાથ, પગ, તથા ગળાના સાંધાઓ કે જ્યાં પરસેવો વધારે થાય છે, તેમજ બગલ તથા શરીરપર જ્યાં કરચલી પડતી હોય તે ભાગ સારી પેટે ચોળીને ધોવા. નખ, નસકોરાં, કાન તથા પગનાં તળીયાં તથા માથાના વાળને પણ સાફ કરવાં જોઈએ. આંખનાં પોપચાં પણ બરાબર ધોવાય છે કે નહીં તે જોવું જોઈએ. કાન, નાક, મુખ અને નેત્રમાં પાણી પેસી ન જાય તેવી તજવીજ રાખવાં જોઈએ. પાણી એવી તજવીજથી નાખવું કે જેથી તેને શ્વાસ લેવામાં અડચણ આવે નહીં.

નાના બચ્ચાને નવરાબા પછી શરીરને ઉઘાડું રહેવા દેવું નહીં. તેના શરીરના તમામ ભાગને સુંવાળા ને બીનાશ ચૂસી લે તેવા અંગુઠાથી હલકે હાથે ઘસીને કટ કોરા કરી નાખવા તેમજ સ્વચ્છ અને રૂનું અનુસરતાં કપડાં તુરત પહેરાવી લેવાં.

નાનાં કે મોટાં બાળક અથવા મોટાં માણસ એમાંના હરકોઈ નહાયા પછી મેલાં કપડાં ત્વચાને અડતાં ન પહેરે તેમ થવું જોઈએ, કેમકે

તેવાં કપડાંને મેલ શરીરનાં સૂક્ષ્મ છિદ્રોમાં પાછો પેસી જાય છે ને નુકસાન કરે છે.

માંદા તેમજ બહુ નબળા બચ્ચાંને વારંવાર નવરાવવું નહીં. તેવા બચ્ચાંને નવરાવવા સંબંધમાં દાકતરની સલાહ લેવી.

ત્વચા ઉપર પહેરવાનું કપડું દરરોજ બદલવું જોઈએ, તથા તે જરાએ મેચું હોવું ન જોઈએ.

નવરાવવામાં સાબુ દરરોજ વાપરવાની જરૂર નથી, પરંતુ તેનો ઉપયોગ એ ત્રણ દિવસે અગર અડવાડીએ તો એકવાર અવશ્ય કરવો જોઈએ, કેમકે સાબુ મેલ કાપવાનું કામ ડીક કરે છે. સાબુ શરીરે બજે નહીં તેવો તથા બહુ સુંવાળો વાપરવો જોઈએ તથા તે આંખ, નાક કે મોઢામાં ન જાય તેવી સંભાળ રાખવી જોઈએ. શરીરે પ્રથમ તેલનું મર્દન કર્યા પછી નહાવાનો રીવાજ અગાઉના વખતમાં હતો, પણ હાલ થોડેજ ટુકાણે તેમ થતું જોવામાં આવે છે. શરીરપરની ચીકાશ દૂર કરવા માટે સાબુને બદલે ચણાના લોટનો અથવા કકોડીનો અગાઉ ઉપયોગ થતો, પણ તે પ્રમાણેનો ઉપયોગ હાલ થતો જણાતો નથી.

નહાવામાં પ્રથમારંબે માથું અને ત્યારપછી શરીરનાં બીજા તમામ ભાગ પોંચે હાથે ધોવાનું રાખવું.

નહાવાથી થાક ઉતરી જાય છે, ને શરીર હલકું ફૂલ જેવું થાય છે, વળી તેથી સુસ્તી ઉડી જઈને શરીરમાં સ્ફુરતી આવે છે ને મન પ્રસન્ન થાય છે.

ઠંડી મોસમના વખતમાં શરીરમાં પરસેવો થતો નથી એવી ખોટી સમજથી તેમજ ટાઢ, ટાઢ કરીને કેટલાંક માણસો બચ્ચાંને નવરાવતાં નથી, એ બૂલ કરે છે, કેમકે એવી મોસમમાં પણ શરીરમાંથી પરસેવો

રાત ને દિવસ બેમાણુમ રીતે નીકળ્યાજ કરેછે. પસીનો એ શરીરનો મેલ છે, તેને જો વખતસર દૂર કરવામાં ન આવે તો શરીરપરનાં છિ-  
દ્રોનો અવરોધ થતાં અગાઉ કહ્યું તે પ્રમાણે ચામડીનાં દરદો ઉત્પન્ન થાયછે. તન તથા મનને નિકટનો સંબંધ છે તેથી તનની મલીનતાની અમુક અસર મન ઉપર થયા વગર રહેતી નથી. નવરાત્રીને પછી મેલાં કપડાં પહેરવામાં આવે તો તે મેલાં કપડાંની શરીરને માડી અસર થયા વિના રહે નહીં.

નહાવાનો વખત સવારનો અથવા બપોરનો અનુકૂળ છે. નાળુક તથા એક વરસની અંદરના બચ્ચાંને ઠંડીના વખતમાં થોડો તડકો થયા પછી અથવા બપોરે નવરાત્રીનું એ સલાહકારક છે. જેમ બચ્ચાને તેમ જ મોટા બાળકને પણ પસીનો વળ્યો હોય ત્યારે, તે થાકી ગયેલ હોય ત્યારે અને તેણે તુરતમાં ખોરાક લીધો હોય તેવે વખતે તેને નવરાત્રીનું નહીં જોઈએ.

નવરાત્રી પછી બાળકના વાળ કોરા કરવા, ને તે ઓળવા સરખું હોય તો દાંતીઆથી ઓળવા જોઈએ. ઝીણા દાંતાવાળી કાંસકાંથી ઓળવા ન જોઈએ, કેમકે તે બચ્ચાના માથામાં ખુંચવાથી તેને દુઃખ થાયછે. વાળમાં કોપરેલ નાંખવાથી ખોડો થતો નથી.

શરીર બરાબર ઓળી મસળીને નહાવાની તથા તેને યોગ્ય અંગુઠાથી સાફ રાખવાની બાળકને નાનપણથી ટેવ પાડી હોય તો તે મોટા થયેથી શરીરે સ્વચ્છ રહેવાની તજવીજ કર્યા વગર રહેશે નહીં તેમજ ગંદા રહેવાનું તેમને કદી ગમશે નહીં.



## ચોખ્ખાઈ-સફાઈ

નાનાં બચ્ચાં જ્યારે મગમૂત કરે ત્યારે તેને, ગલીચીને તેમજ ગલીચ થયેલ કપડાં વગેરેને સાફ કરવામાં વિવ્રાન કરવો નહીં જોઈએ. બાળક સદજ મોટું થાય એટલે તેને ઝાડા પેશાબ માટે અમુક વાર અને નિયમિત વખતે જો પગલર કરવાની મૂળથી ટેવ પાડવામાં આવશે, તો પછી ઘણું કરીને તેજ વખત લઘુશંકા-દીર્ઘશંકા હાજત પ્રમાણે કરવાની હશે તે કરશે. આવી તગ્ગીજથી જેમ સફાઈ રહેશે, તેમ તનદુરસ્તી પણ જળવાશે.

તનદુરસ્તી સાચવવાનું ને વંધારવાનું સ્વચ્છતા એ અગત્યનું સાધન છે. શરીરની ચોખ્ખાઈ-પવિત્રાઈ રાખવી એવી દરેક ધર્મની આજ્ઞા છે, શારીરિક નીતિ છે. સફાઈ રાખવાથી સ્વાભાવિક રીતે મન પ્રસન્ન રહેછે, વળી સફાઈ એ સદ્ગુણસ્થાપનું ચિન્હ છે.

તન મલીન તો મન પણ મલીન રહેછું, કેમકે તનને તેમજ મનને નિકટનો સંબંધ છે. શરીરથી તેમજ વસ્ત્રથી જેઓ ઘણાં ગંદાં રહેછે તેઓ અપમાન પામેછે. ગમે તેવું સુવ્રત માણસ એવાં મલીનતા સદવાસમાં રહે તો તેને તેવા પરમાણુની કાંઈ પણ નુકસાનકારક અસર થયા વિના રહે નહીં; એજ પ્રમાણે આડોશીપાડોશીઓ પોતાનાં ઘરમાં કે ઘરની આબુ-આબુ ગલીચી રાખતાં હોય તો તેવાં ઘરની આસપાસ વસનારા માણસો પોતાના મકાનમાં ગમે તેટલી સફાઈ રાખતાં હોય છતાં આડોસપાડોસમાં રહેતી ગલીચીની ખરાબ અસર તેમને મુદ્દલ ન થાય એમ બનતું નથી, જેથી ગીચ વસ્તીમાં જેઓ હમેશ રહેછે તેમની તનદુરસ્તી ઉપર માઠી અસર થયા વિના રહેતી નથી.

સુવ્રતના રાખવાનું બાળકને નાનપણથી શીખવવું જોઈએ. એ ગુણ બાળક બહુધા પોતાનાં માઆપથી અને થોડે અંશે પોતાના સો-

બતીઓથી શી મેઝે. અર્થાત્ સહવાસમાં રહેનારાનું જેવું વર્તન વખતો વખત તેના જોવામાં આવે તે પ્રમાણે પ્રસંગ આવ્યાથી તે કરવા માડેછે, અને વિશેષ મહાવરાથી પછી તેવી ટેવ પડેછે.

ધરમાર, આંગણું ને વાડો તેમજ રાત્રરચીકું, પહેરવા, ઓઢવા તથા પાયરવાનાં કપડાં, ગાદલાં, ગોદડાં, ચદર, ગલેફ વગેરે બરાબર ચોખ્ખાં રાખવાં જોઈએ. સારા હવા અળવાળાવાળા અને ઉંચી જમીનપર આવેલાં ઘરમાં રહેવું જોઈએ. ઘરમાં ભેજ હોવો ન જોઈએ. રહેવા કરવાનું તથા સૂવા બેસવાનું ભોંયતળીએ રાખવા કરતાં મેડીનો વાસ હોય તો તે વધારે પસંદ કરવા લાયક છે. ભોંયપર પથારી કરવા કરતાં ખાટલાપર સૂવું એ સારું છે. પરાયા માણસે વાપરેલાં ગાદલા, ગોદડા પર સૂવા કરતાં પોતાનું પાગરલુજ વાપરવું, તેમજ તે કદો બીજાને વાપરવા ન દેવું એ સલાહકારક છે.

માણસોને અડધી માંદગી તો હમેશા અસ્વચ્છ રહેવાની કુટુંબથી થાયછે. કહેવત છે કે “જ્યાં ગંદવાડ ત્યાં મંદવાડ.” ગંદાગંદે લીધે કેટલાંકને ગુમડાં થાયછે તો કેટલાંકને ખસ થાયછે. પહેરવાનાં કપડામાં અને માથામાં ભુઓ પડેછે. મોઢું સાફ નહીં રાખ્યાથી તેમાંથી બરાબ ગંધ નીકળેછે. દાંત સાફ નહીં રાખ્યાથી તે દાડમની કળીઓ જેવા સફેદ ન રહેતાં તપખીરીયા રંગના ને ગંધાતા થઈ જાયછે.

કેટલાંક નાનાં બચ્ચાંને માથાપો લાગલાગડ કેટલાક દિવસ સુધી બીવકુલ નવરાવનાં નથી, એવાં બાળકના શરીરમાંથી અમુક પ્રકારની બદબો આવેછે, તેથી કોઈ તેને તેડવાને, રમાડવાને કે બહાર કોઈ જગોએ સાથે તેડી જવાને રાગ થતાં નથી. મોટા ચોટલાવાળા કેટલીક છોકરીઓને લાંબી મુદત સુધી માથે નવરાવવામાં આવતી નથી જેથી તેમનાં માથામાંથી દુર્ગંધ નીકળેછે. કેટલાંક બાળકો નખ ન લેવરાવતાં તેને વધવા દેછે,

તેથી તેમાં મેલ ભરાઈ રહે છે. કેટલાંક બાળકોનાં કપડાં ઘાંચીની ધાણી જેવાં મેલાં ઝટ હોય છે, તે તરફ નજર પડતાં સુધ્ધ માણસોને સુગ અને અણુગમો ઉત્પન્ન થાય છે. કેટલાંક બાળકો શાહીમાં યોગેડી કલમથી છાંટા પાડીને ભજમ વગેરે બગાડે છે. કેટલાંક પોતાનાં માથાના વાળ સાથે કલમને ધસીને તે વાળને ખરાબ કરે છે, કેટલાંક બેદરકારથી શાહીથી પોતાના હાથના ટેરવાં ગોખરાં કરે છે, તો કેટલાંક ચોપડીમાં કે પોતાનાં શરીર કે કપડાંપર ડાઘા પાડે છે. કેટલાંક બાળક પુસ્તકનાં પાનાં પોતાની આંગળી થુંકથી ભીની કરીને તેથી ફેરવે છે. કેટલાંક કોઈના મોઢામાં નાખેલી એડી ચીજ પોતાનાં મોંમાં નાંખે છે, એવી અશિષ્ટ ટેવો પોતાના બાળકને પડવા દેવી ન જોઈએ અને કદાપિ પડી હોય તો તે મૂકાવવી જોઈએ.

અક્ષરો વધારે કાળા થાય તેટલા માટે કેટલાંક બાળકો પેન્સીલ મોઢામાં નાખીને તેને થુંકથી ભીની કરીને લખે છે, પરંતુ તેની ‘પ્લમ્બેગો’ નામની ધાતુમાં સૂક્ષ્મ ઝેર રહેલું હોવાથી તે મોઢામાં નાખનાર બાળકના લોહીમાં તેનો અમુક અંશ દાખલ થાય છે, તેથી પેન્સીલ મોઢામાં નાખવી નહીં જોઈએ.

અમુક વ્યધિવાળા કોઈ માણસ બચ્ચાને બચી ભરે છે, એ પણ ગંદી ચાલ છે, વળી બાળકની તબીબતને તેથી કાંઈક ખરાબ અસર થવાનો સંભવ રહે છે, તેથી એવા માણસે કોઈ પણ બાળકની ચામડીને અડે તેવી રીતે કદીએ ચુપ્પન કરવું નહીં જોઈએ.

બગડેલા હાથ લીંપ પર ધસીને, થુંકીને, બલગમ અગર લીંટ નાખીને કે પાનની પીચકારી મારીને તેને બગાડવી નહીં જોઈએ, તેમજ દીવાલો અને બારણા પર કોયલા કે ખડી વગેરેથી કાંઈ લખવું કે લીસોટા કાઢવા નહીં જોઈએ.

બાળકની આંખમાં પીચા રહેવા દેવા ન જોઈએ. તેમના વાળ

બરાબર ઓળવા જોઈએ. કેટલાંક બાળકો જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે પોતાનું મોઢું, નાક કે આંખ વગેરે પોતાના ઘોતીઆના કે અંગરખાના છેડાથી સાફ કરીને તે પહેરવાનું કપડું ગંદું કરેછે, તેથી તેવાં કામ માટે તેમને એક રીમાલ કે એવું નાનું સ્વચ્છ કપડું આપવું જોઈએ કે જેથી જરૂર પડેથી તે તેનો ઉપયોગ કરે. આ દેશના કેટલાએક લોકો બહારથી સુઘડપણાની ટાપટીપ રાખવાને માટે થોડી ઘણી કાળજી રાખેછે ખરા, પરંતુ “માંહેની વાત મહાદેવજી જાણે” એના જેવું કરેછે. અંદરના ભાગે બદનને અડીને પહેરેલું કપડું કે કુડતું દરરોજ સાફ કરવું જોઈએ, પણ તેમ કરનાં નથી, તથા તેના કારણમાં તેઓ કહેછે કે “એ કાણુ જોવા મેડુંછે !”

## બીડી-તમાકુ.

તમાકુ એ સૂક્ષ્મ ઝેર છે. એનો ઉપયોગ લોકો જૂદી જૂદી રીતે કરેછે. કોઈ પીએછે, કોઈ સુંઘેછે, કોઈ ખાચેછે તો કોઈ દાંતે દેછે.

તેનો જાથુ ઉપયોગ ગમે તે પ્રકારે કરવામાં આવે, પરંતુ તેના ઝેરની બૂરી અસર બોલી કે મોડી અને થોડી કે ઘણી થયા વિના કદી રહેતી નથી.

તમાકુ સુંઘવા, ખાવા અને દાંતે દેવા કરનાં તે પીવાનો એટલે “સ્ટીમ એન્જીન” કે જવાળામુખી પર્વતની પેઠે તેના ગોટગોટા મોઢામાંથી કાઢવાનો પ્રચાર આખી દુનિયામાં દિવસે દિવસે ચક્રવર્તિ વ્યાજ કરનાં પણ વિશેષ પ્રમાણમાં વધતો જાયછે. જેમ મોટી વયનાં અસંખ્ય માણસો એવું ધુત્રપાન કરેછે તેમ કેટલાક છોકરાઓ પણ બીડીઓ પુંકતારા થયેલા જોવામાં આવેછે.

તમાકુ પીવાની બદી મોટી ઉમરના માણસને તેમજ નાની વયના



બાળકને ઘણા પ્રકારે નુકસાન કરેછે. પ્રમાણમાં જોઈએ તો બાળકને એ બદીથી વિશેષ હાનિ થાયછે. વિષયની લાગણી અકાળે ઉત્કેરાયછે, ધાતુવિકાર થાયછે અને પરિણામ નાસીપાસીમાં આવેછે.

બીડીઓ પુક્યા કરવાથી, ચલમ ને હોકલી પીવાથી કે નેચો અથવા હોકો ગડગડાવ્યા કરવાથી હોઠ કાળા પડી જાયછે. શ્વાસનળિકા ઉપર, ફેફસાં ઉપર, હૃદય ઉપર, હોઝરી ઉપર, નેત્ર ઇન્દ્રિય ઉપર, મગજ ઉપર અથવા ગળામાં તેની ધામેધીમે ઘણી ખરાબ અસર થવા મારેછે અને પરિણામે રોગનો ઉપદ્રવ થઈ આવેછે. તમાકુ પીધા કરવાથી છાતી સંકોચાયછે, હાથપગ ગળી જાયછે, અલ્લેરો શીકો થાયછે, તેમ બીજી ચામડીની પણ કુદરતી રત્નાશ મટી જઈને તે પણ શીકા થઈ પડેછે. શરીર ખરાબર વધતું નથી, પણ ઉલટું ગળતું જાયછે તેથી કામ કરવાની શક્તિ કમી થાયછે. આંખના જ્ઞાનતંતુને નુકસાન થવાથી અમુક જનના રંગ છેટેથી પારખી શકાતા નથી. નગર ટુંકી થાયછે, અને અકાળે ઉપનેત્રનો ઉપયોગ કરવાની ફરજ પડેછે; વળી કોઈ વખત તેથી રતાંધળાપણું થાયછે તો કોઈવાર આંખે તદન અધાપો આવેછે. તમાકુનું ધુત્રપાન કરવાથી મોઢામાંથી ખરાબ વાસ નીકળેછે, દાંતની કુદરતી સફેતી મટી જઈને તે જાંખા રંગની થઈ જાયછે, અથવા તે દાંતોનું નખોદ વહેણું નીકળી જાયછે. કેન્સર (નાસુર) કે ક્ષયનું દરદ પણ વખતે થઈ આવેછે, હોઝરી મંદ થઈ જવાથી પાચનશક્તિમાં ખલેલ પહોંચેછે, લોહી પાતળું અને શીકું પડેછે, ખરાબ જાતની ઉધરસ ઉત્પન્ન થાયછે, અને પછી દિવસ ને રાત ટોંટોં થયા કરેછે, બળખા પડ્યા કરેછે, અવાજ બેસીને ઘોઘરા સરખો થઈ જાયછે અને નખજો પડી જાયછે, સ્વભાવ તામસી થઈ જાયછે, શરીર લેવાઈ જાયછે અને એકંદર રીતે જોતાં મરણને તેવજ વ્યસનદારા નિમંત્રણ કરવા સરખું થાયછે.

એ બદીથી વળી મન, બુદ્ધિ તેમ યાદદાસ્ત ઉપર પણ માડી અસર થાયછે, મતલબ બુદ્ધિ નિસ્તેજ થાયછે, મન પોચું પડી જાયછે, અને યાદશક્તિ નબળી થઇ જાયછે.

કેટલાક છોકરા શરૂઆતમાં બીડીના બધાણી બાપની અથવા બીજા કોઈની પીધેલી બીડીઓનાં બોખાં વીણીને પીએછે, એમ કરતાં કરતાં પછી તેઓ પોતે પણ બીડીના બધાણી થઇ પડેછે.

બાળક બીડીઓ વગેરેના દુર્વ્યસનમાં ન સપડાય તેને માટે માથાપે કાળજી, સંભાળ ને તપાસ રાખતા રહેવું જોઈએ. જે બાળક નાનપણથી એવી ખરાબ આદતથી બચેછે, તે પછી મોટી ઉંમરે અભાગ્યેજ તેવા દુર્વ્યસનમાં સપડાયછે, પરંતુ જે નાનપણથી તેમાં લપટાયછે, તેઓ પછી મોટી ઉંમરે એવી ખૂરી ટેવના ત્યાગ પોતાની મરજી છતાં પણ કરી શકવાને અશક્ત થઇ પડેછે.

ખરેખર અને બહુજ શોચ કરવા સરખું તો એ છે કે કેટલાક અણુસમજી બાપ પોતે બીડી તમાકુના ભોગી થઇ, તેના પ્રતાપે અમુક પ્રકારે રોગી થઇ પડેલા જેવામાં આવેછે. તેઓ પોતાના બાળકપર જોઈતી તકેદારી રાખતા નથી, અથવા રાખી શકતા નથી.

કેટલાક દેશમાં સોળથી ઓછાં વર્ષના બાળકને તમાકુ વેચાતી આપવાની ત્યાંની સરકાર તરફથી સખ્ત મના થયેલીછે, તેવા પ્રતિબંધ આ દેશમાં પણ જેમ અને તેમ તાકીદે થવાની ખાસ જરૂર છે.

બીડી તમાકુ મેળવવાની આ દેશમાં ઘણી સહેલાઈ છે. ઘણા છોકરા પોતાના દોસ્તોની દેખાદેખીથી, શીખવણીથી અથવા શોખના માર્ગે એવી ખૂરી લતમાં લપટી પડેલા જણાયછે, અને વખત વ્યતિત થતાં કોઇ પણ દુર્વ્યસન હદમાં રહેતું નથી, અને તે હદપાર ગયા પછી તેથી ઉપજતી હાનિની પણ હદ રહેતી નથી.

છોકરાને બીડીઓ વગેરે લેવા માટે પૈસા ન મળે તો પછી તે ચોરીઓ કરતાં શીખેછે, અને બીડીના ધુમાડામાં પૈસાનો તેમજ વખતનો ધુમાડો કરેછે.

કેટલાક બાપ પોતે પોતાના છોકરાંની સમિપમાં બીડીઓ પીએછે, અને તેના ઝેરી ધુમાડાથી તે બાળકની શારીરિક પ્રકૃતિને નુકસાન કરેછે. વળી બાળકની સાનિધ્ય એવી દુર્વ્યસનની ચીજનો ઉપયોગ કરનારા બાપ તરફથી, તેવું વ્યસન કરવાને તેને એક રીતે જોતાં પ્રત્યક્ષ પ્રેરણા કરવામાં આવતી હોય તેવું થાયછે અને એ પ્રકારે તે એવડા દોષિત થાયછે, મતલબ કે એ બીડીઓ ડુંકનારાના છોકરા પણ બીડીઓ ડુંકનારા થવાનો ઘણો સંભવ છે.

કેટલાક બાપ પોતેજ પોતાના નાની વયના બાળકને તમાકુના બ'ધાણી થવાનું શીખવેછે, તે તેમને ઘણું લગ્ગવનારું તેમજ નીચું જોવાવનારું છે. કેટલાક પોતાના છોકરા પાસે હોકા, નેચા, ચલમ કે હોકલી ભરાવેછે, પછી તે બરાબર સળગાવીને તૈયાર કરવા સાથે પ્રથમ તેનો ઉપયોગ કરવાનું પણ તેનેજ સૂચવેછે. કેટલાક તપખીર સુધનારા બાપ પોતાના છોકરાને તપખીરની ચપટી લેઈ સુધવાની ગમતની ખાતર સૂચના કરેછે ! અને તેના પરિણામે એવા છોકરા લવિષ્યમાં તપખીર સુધવાના બ'ધાણી થઈ જાયછે.

સલાહકારક એ છે કે એવી કોઈ પણ જાતની બદીથી તન મન ધનને કેટલું નુકસાન થાયછે તે પ્રસંગોપાત્ત પોતાના બાળકને સમજાવીને તેનાથી દૂર રહેવાની તેને સૂચના આપતા રહેવું જોઈએ; તેમજ પોતે કોઈપણ દુર્વ્યસનમાં સપડાવું નહીં જોઈએ. દુર્ભાગ્યે કોઈ બાપને કોઈ પણ બૂરી ટેવ પડી ગઈ હોય તથા ઘણા વખતના મહાવરાથી તે અનિષ્ટ આદત છોડી શકે તેવી સ્થિતિમાં તે રહેલ ન હોય તો પછી પોતાનું

એ દુર્વ્યસન પોતાના બાળકના જોવા જાણવામાં આવે એવી રીતે કદીએ કરવું નહીં જોઈએ, કેમકે માઆપના ગમે તેવા કુલક્ષણનું અનુકરણ બાળક તેમની ધાક ન હોય તો પ્રત્યક્ષ, અને ધાક હોય તો પરોક્ષ કર્યા વગર કવચિતજ રહેછે.

કોઈપણ પ્રકારનું દુર્વ્યસન, તે કરનારના મનની નબળાઈનો નિર્વિ-  
વાદ પુરાવો છે.

## નેત્ર સંરક્ષણ.

બચ્ચાની જોવાની શક્તિ તે જન્મે ત્યારે પ્રથમ તો મંદ હોય છે; પછી તે ત્રણ ચાર અઢવાડીયાંની ઉંમરનું થયાથી તેની શક્તિ જ્યારે ઠીક થાયછે ત્યારે રોશની તરફ જોવાને તે આકર્ષાયછે, પણ છેક કાચી આંખે દીવા વગેરેની રોશની તરફ વધારે વાર સુધી તે નાકીને જોયા કરે તો તેની દ્રષ્ટિને તેથી હાનિ થવાનો સંભવ છે, માંદ ખાસ કરીને પ્રથમનાં ત્રણ ચાર અઢવાડીયાં સુધી તેની નજર સામે નજીકમાં દીવા કે દેવતા રાખવો નહીં જોઈએ.

કાજળમાં જરા તેલ નાખેલી મેશવડે આપણા દેશમાં નાના બા-  
ળકની આંખો આંજવાનો યાત્ર અસહનતા વખતથી યાત્રનો આવેછે તે પસંદ કરવા હાયક છે. બાળકની આંખની રોશની એથી કરીને જો કે વધતી નથી, તોપણ સૂર્યનાં કિરણો એવાં નાના બચ્ચાંની આંખોપર પડે તો એવી આંગ્રેહી આંખોપર તેની નુકસાનકારક અસર થતી નથી.

નેત્ર ઇંદ્રિય એ અનુપમ રત્ન છે. એના અભાવે નિરંતર અધારજ છે. અ-  
ફસોસની વાત એ છે કે હાલના જમાનાનો કેળવણીનો કહેવાતો સુધારો જેમજેમ આગળ વધતો જાયછે તેમતેમ લાંબી મુદત સુધી સ્કૂલો અને કોલેજોમાં કેળવનાં

સંખ્યાબધ માણસોની દષ્ટિનું થોડે ઘણે દરજ્જે નિકંદન નીકળતું જણાય છે. કેળવણી લેવાનો મુખ્ય આધાર આંખપર છે એમ છતાં આજે માણસો મોજશોખની જેટલી દરકાર રાખે છે તેનાથી આંખની દરકાર ને સંભાળ ઘણીજ ઓછી રાખતા જણાય છે. કોઈ આજક પાસેનું જોઈ શકતાં નથી તો કોઈ આજક દૂરની ચીજ દેખી શકતાં નથી એવી જૂદાજૂદા પ્રકારની ખામીઓ કેટલાંક માઆપના જણવામાં આવે છે, તોપણ તે માટે વેળાસર કાંઈ મંદાજ ન લેતાં તેને ચાલે ત્યાંસુધી—ગાડું અટકે નહીં ત્યાં સુધી ચલાવી લેવાની કદી નહીં માફ થઈ શકે તેવી ગફલત કરે છે.

કેટલાંક આજકોને નાનપણમાં લખવા વાંચવાનું કામ તેમનાં કુમળા નેત્રની શક્તિ ઉપરાંત વધારે વખત સુધી કરવાની હાલત જમાનામાં ફરજ પડે છે. એવો શ્રમ માત્ર દિવસના ભાગમાંજ તેમને કરવો પડે છે એમ નથી પરંતુ રાત્રે પણ ખતી આગળ બેસીને લાંબો વખત સુધી તેવું કામ કર્યા વગર તેમનો ભાગ્યેજ છૂટકો થાય છે; એના પરિણામે કોઈ કોઈ વાર તેમનું માથું દુઃખે છે, આંખ લાલ થઈ આવે છે, તેમાંથી પાણી ઝરે છે, કોઈ વાર આંખે ફેર આવે છે અને જાંઝવા સરખું દેખાય છે; તેમજ નાની વયમાં એવા ઘણાં આજકોની આંખો વ્યાધિગ્રસ્ત થતાં તેઓ ચક્ષમા ધારણ કરવાની કફોડી સ્થિતિમાં અકાળે આવી પડે છે. ઉગ્ગરાથી આંખ બગડે છે.

ગીચ વસ્તીવાળા શહેરનાં ઘરોમાં અને શાળાઓમાં ધરફૂકડાની પેઠે આજકોને અચ્ચાર દીવાલોની વચ્ચે લાંબા વખત સુધી ગોંધી રાખવામાં આવે છે અને ઓખખી હવા તથા પૂરતા ઉગ્ગસવાળી ખુલ્લી જગોમાં રહેવાના અનુભવનો લાભ તેમને છૂટથી આપવામાં આવતો નથી, જેને પરિણામે તેમની શારીરિક પ્રકૃતિ ઘણીવાર બગડે છે, એટલુંજ નહીં પરંતુ તેમને છોટેની ચીજો જોવાનો મહાવરો નહીં થવાથી બહુ દૂરની

ઝીંજે તેઓ બિચારાં પછી દેખી શકતાં નથી. આવી સ્થિતિ હોવાથી ગામ-ગાના રહેવાસી કરતાં શહેરના રહેવાસીઓમાં ટુંકી દ્રષ્ટિની ફરિયાદ વધારે સાંભળવામાં આવે છે.

વળી લખવા વાંચવા વગેરેનું ઝીંજું કામ આંખથી જોઇએ તે કરતાં ઓછે છોટે એટલે આંખથી ઓછામાં ઓછા બાર ઇંચ કરતાં વધારે પાસે પુસ્તક વગેરે રાખીને કરવાથી પણ ટુંકી નજર થવાનો સંભવ છે.

બાળકોને ટુંકી નજરનો વ્યાધિ થયેલો જણાય તો તેનો ઇલાજ સત્વર કરવો જોઇએ, અને ચશ્મા પહેરાવવાની દાકતર તરફથી સલાહ મળે તો તેમને જોઇએ તેવાં ચશ્મા તુરત પુરા પાડવા જોઇએ. આગકાલ કેટલાક મોટી વયના માણસો આંખના રોગ વગર માત્ર શોખની ખાતર અને ફાંકડા દેખાવા માટે ચશ્મા પહેરીને ફરે છે, તેથી તેમની આંખને નુકસાન થાય છે. આંખના રક્ષણ માટે બીજી કેટલીક સૂચના આ નીચે આપવામાં આવી છે તે જેમ માખાપને તેમજ બીજાં માણસોને પણ થોડે ઘણે દરજ્જે ઉપયોગી થઇ પડ્યા વિના રહેશે નહીં.

૧. ઉંઘ એ આંખની દાલ છે, કેમકે તે આંખને નબળી થતી અટકાવીને આરામ આપે છે, માટે બાળકને પૂરતી ઉંઘ મળે તેવી દરેક તજજ્ઞીજ કરવી જોઇએ. મોટી વયના માણસની આંખો પણ નબળી થતી જણાય તો તેઓએ પણ જેમ અને તેમ વધારે ઉંઘનો આશ્રય લેવો હિતકારક છે.

૨. સૂતાં બાળકની આંખો ઉપર સીધી રોશની કે આકરી રોશની પડે નહીં તેવી સંભાળ રાખવી.

૩. ઉંઘને ઉઠતી વખત અચ્ચાંતી આંખ ચોંટેલી કે લાલ રહેતી હોય, પીયા વળતા હોય તો તે માટે દાકતરની સલાહ મળ્યા પ્રમાણે ઇલાજ કરવો જોઇએ.

૪. કોઇ બાળક સૂતેકું ઉઠે ત્યારે ઉંઘની અસર આંખમાંથી

ઉઝાડી દેવા સાર હાથથી કે કપડાંથી આંખોને ચોળતું હોય તો તેમ કરતાં તેને અટકાવવું જોઈએ, કેમકે આંખ કોઈ પણ કારણથી ચોળ્યા કરવાથી તેની આંખ રોગોને નુકસાન પહોંચે છે, અને તેના પરિણામે ભવિષ્યમાં દરદ થવાનો સંભવ રહે છે.

૫. બહુ રડ્યા કરવાથી, બહુ ગુસ્સો કર્યા કરવાથી તેમજ નેત્ર વૈદ્યની સલાહ વગર આંખમાં જે ને દવા નાખ્યા કરવાથી પણ નેત્ર ઇન્દ્રિયને નુકસાન થાય છે.

૬. સૂતી વખત, સૂઈને પાછાં ઉઠતી વખત તેમજ તે ઉપરાંત પણ એકાદ વખત આંખે ટાકું પાણી છાંટવું એ સલાહકારક ગણાય છે.

૭. ખૂબ ઝગઝગ મારતી એટલે આંખને દીપાવી નાંખે એવી રાશની સામે નાકીને જોવાથી, તેમજ દરેકાં એક સ્થળ ઉપર લાંબો વખત મુઠી એકી નજરે જોયા કરવાથી આંખને અમુક પ્રકારની હાનિ પહોંચવાનો સંભવ છે, માટે બાળકને તેમ કરતાં અટકાવવું જોઈએ.

૮. કોઈ પણ અચ્ચાને બોલાવવું હોય તો તેની બરાબર સામે ઉભા રહીને બોલાવવું, પરંતુ તેની પડખે કે પાછળ રહીને બોલાવવું નહીં કેમકે તેમ વારંવાર કરવાથી બાળકની આંખ ત્રાંસી થઈ જવાનો સંભવ છે.

૯. બાળકની આંખમાં ધૂળ, ઉડતું રગડણુ, કે સાણુ વગેરે ન જાય તે માટે બીજી શક્યા પ્રમાણે સંભાળ રાખવી જોઈએ. ધુમાડો લાગવાથી પણ આંખને નુકસાન થાય છે.

૧૦. સૂર્ય સામે વારંવાર જોયા કરવાથી તેમજ તેના તડકા આંખોપર વખતોવખત આવવા દેવાથી આંખને નુકસાન પહોંચવાનો સંભવ છે.

૧૧ ઝીણું, ઝાંખું, અથવા કંટાળે ગયેલું લખાણ તેમજ બરાબર જાપવાળી ચોપડી બાળકને વાંચવા દેવાથી તેની દષ્ટિને નુકસાન પહોંચે છે, માટે તેને જે પુસ્તક વાંચવા માટે આપવામાં આવે તે સારા ને મોટા લખણથી તેમજ તે સારા કાગળપર જાપેલું હોય તેવું પસંદ કરવું જોઈએ.

૧૨. જેમાં બરાબર હવા ઉઝસ ન આવતાં હોય તેવા અધારીયા ઓરડામાં દિવસે વાંચવું લખવું ન જોઈએ કેમકે આંખને બહુ ખેંચવી પડ્યાથી દષ્ટિ કમકાવત થાયછે, તેમજ સ્પર્ષ બરાબર ઉઝ્યા પહેલાં તેમજ તે અસ્ત પામ્યા પછીની ઝાંખી રોશનીમાં પણ વાંચવું લખવું નહીં જોઈએ.

૧૩. વિદ્યાર્થીસ માટે પુસ્તકો વાંચવા કરવામાં બાળકને રાતના ભાગમાં આંખનો ઉપયોગ જેમ બને તેમ કમતી કરવો પડે તેવી તગ્ગ-વીજ કરવી જોઈએ.

૧૪. અધારામાંથી પ્રકાશમાં આવ્યા પછી એકદમ વાંચવા દેવું નહીં, પણ વચમાં થોડી મિનિટ અતિત થવા દેવી.

૧૫. સવારમાં ઉઠ્યા પછી નુરતમાં આંખને વધારે મહેનત આપવી નહીં. લખવા કરતાં વાંચવાથી આંખ વધારે થાકેછે.

૧૬ જે દીવાની સગ સ્થિત ન રહેતાં પવનથી ડોલતી હોય તેના અજવાળે, વધઘટ થતી રોશનીમાં, ઝાંખી રોશનીમાં કે અગ્નિને અજવાળે, સાંજના ઝળઝળામાં અથવા ચંદ્રના પ્રકાશમાં વાંચવા લખવાનું કામ કરવા દેવું નહીં જોઈએ, કેમકે પૂરતા ને જોઈએ તેવા પ્રકાશને અભાવે વાંચનારને પોતાનું પુસ્તક આંખની આગળ રાખીને આંખને તાણવી પડ્યાથી નુકસાન થાયછે; વળી બહુ ઝળકતી રોશનીમાં તેમજ જ્યાં અતિશય તેજ આવતું હોય તેવી જગોએ પણ આંખનો એ પ્રમાણ ઉપયોગ થવો નહીં જોઈએ.

૧૭. બાળક સવારે ઉઠે ત્યારે આંખ ઉપર એકદમ બહુ અજવાળું ન પડે તેમ થવું જોઈએ.

૧૮. વાંચતી લખતી વખત સીધા ટટાર ખેસવું જોઈએ. વાંકા વળીને કે સૂતાં સૂતાં, કે તકીઆપર આડા પડીને તેવું કામ કરવાથી આંખ તણાયછે, અને ત્યાં લોહીનો જમાવ થાયછે, તથા તેને પરિણામે નુકસાન થાયછે.



૧૯. શરીરને બહુજ શ્રમ પડ્યો હોય અથવા આંખ થાકી ગઇ હોય ત્યારે તુરતમાં વાંચવું લખવું ન જોઇએ.

૨૦. ખીમારી વખતે અથવા ખીમારીમાંથી તાગેતર ઉઠેલ હોય તેવે વખતે અગર શરીરમાં ઘણી નબળાઇ હોય, આંખો દુખતી હોય ત્યારે વાંચવા લખવાનો શ્રમ ખનતાં સુધી લેવો નહીં જોઇએ, કેમકે એવી નબળી સ્થિતિમાં વધારે પડતો શ્રમ કર્યાથી આંખે કેટલીકવાર અધારા આવેછે.

૨૧. ચાલતી ગાડી વગેરેમાં કે ચાલતાં ચાલતાં વાંચવાથી આંખને નુકસાન થાયછે.

૨૨. સહજ પણ અધારે થઇ ગયા પછી વગર દીવે વાંચવું એ પણ હાનિકર્તા છે અને એવી સંધ્યામાં વાંચવાથી આંખમાંથી ઝાંઘવાર પાણી નીકળેછે.

૨૩. વાંચવા લખવા વગેરેનું કીણું કામ કરતાં થોડે થોડે વખતે આંખને વિશ્રાંતિ મળવી જોઇએ. વેડીઆ બળદની પેઠે, આંખનો ઉપ-યોગ લાગલાગઠ કરવો ન જોઇએ, પણ વિશ્રામ મળવા માટે વચમાં વચમાં સહજ વાર આંખ બંધ કરવી જોઇએ, પછી જૂદીજૂદી દિશાપરની દૂરની વસ્તુપર આમતેમ દ્રષ્ટિ ફેંકવી જોઇએ. જેમ શરીરના ખીજા અવયવને આશાએસની જરૂર છે તેમ આંખને પણ જરૂર છે.

૨૪. સીનેમેટોગ્રાફના ખેત્ર વારંવાર જોવાથી નેત્ર ઇન્દ્રિયને નુકસાન થવાનો સંભવ છે, કેમકે તેનાં ચિત્રોમાં શેશની બરાબર સ્થિતિ રહેતી નહીં હોવાથી પ્રેક્ષકની આંખપર બોળે પડેછે.

લેખન સરખા ખેમૂલા મણિનું જેટલું ખતી શકે તેટલું જતન કરવું એ પરમ હિતકારક છે. આંખ બગડ્યા પછી તેના ઇલાજ કરવા કરતાં તે ન બગડે તે માટે મૂળથી બરાબર સાવચેતીથી કામ લેવું એ ઘણુંજ ઇચ્છ છે. “ ઉપાય કરતાં અટકાવ લેલો.”

## અકસ્માત.

અકસ્માતથી બાળકના શરીરને કાંઈ ઇશન કે તેના જીવનું કદાપિ જોખમ ન થાય તે માટે તેના વડીલોએ મૂળથી બહુ કાળજી ને ફિકર રાખતાં રહેવું જોઈએ.

છેક નાના બચ્ચાને બિલાડીથી બચાવવું જોઈએ. કોઈ વખત એમ બનેલું જોવા, જાણવામાં આવેછે કે તાણું અવતરેલું કોઈ બચ્ચું સૂતું હોય ત્યારે બિલાડી તેને નહોત મારી જાયછે, અથવા હાથ પગના આંગળા કે કાનને જકા પહોંચાડેછે, તો કવચિત બીજે સ્થળે ઉપાડી જઈને તે આપડને ચુધીને મારી નાખેછે.

બચ્ચું જે કહેવામાં આવે તેનો ભાવાર્થ સમજે તેવી મોટી વયનું થાય ત્યારે જૂદીજૂદી જાતના અકસ્માત સંબંધે યોગ્ય જણાયા પ્રમાણેની ચેતવણી વખતસર તેને આપતાં રહેવું જોઈએ.

જે વસ્તુને બાઝવાથી તે બગડે, ફૂટે તૂટે કે બીજી રીતે તેને નુકસાન થાય તેવું હોય અથવા તેને અડકવાથી બાળકના શરીરને કાંઈ પણ હાનિ પહોંચે તેવી વકી હોય તેવી ચીજો જેવી કે ટાંકણી, સાપ, ચપ્પુ, કાતર, બહુ ઘગધગતું પાણી વગેરે ચીજ એવે સ્થળે મૂકવી જોઈએ કે તે તેને અડી શકે નહીં.

ચુસા, સગડી અથવા દીવાની છેક નજીક જવાથી, અગર બળતી સગડી આગળ પીડ કરીને બેસવાથી કોઈવાર બચ્ચાનાં કપડાં અકસ્માતથી સળગી ઉડેછે અથવા તે શરીરે દાઝી જાયછે.

રસ્તામાં રમતાં કોઈની અડફેટમાં આવ્યાથી, ગાડીના પેડા તળે અથવા ઘોડા, આખલા, ગાય, કે બેંસ વગેરે જાનવરના પગ નીચે આવી જતાં અમુક અવયવ ચંપાઈ જાયછે, અગર હાડકું તૂટી જાયછે. વાંછી વગેરે ઝેરી જાનવરના કંબથી બહુજ પીડા થાયછે અને કોઈ બાળકનો તેથી જીવ પણ જાયછે.

કાંઈ ફળનો નાનો ટુનીઓ ગળામાં રસાથી અથવા બળતી સગડીવાળા અથ ઓરડામાં બાળકને ઘણો વખત સુધી રહેવા દીધાથી તે બિચાડું ગુંગળાઈ જાયછે, અથવા ઝેરી ફળ કે એવી બીજી કાંઈ હાનિકારક ચીજ તેના ખાવામાં આપ્યાથી તે કાંઈ માંદું પડેછે, અથવા મરવા સરખી સ્થિતિમાં પણ વખતે આવી જાયછે.

કાંઈ વાર ફરતાં ફરતાં ફૂવા, ટાંકા કે તળાવમાં પડી જાયછે તેથી તે બાળક મૃત્યુવશ થાયછે.

અંદર દીવાસળી હોય તેવી પેટી અથવા અરીસા કે અરીસા મિશ્રિત આળાગોળીની ડબી તેને રમવા આપી હોય તેમાંની દીવાસળી સળગવાથી કે તે અરીસા અગર તે ગોળીઓ ખાધામાં આપ્યાથી તેનું માંદું પરિણામ આવેછે. એક જાણુની ઝેરવાળી દવા બીજા બાળક માટેની સમજીને ભૂલથી તે બાળકને પાઈ દેવાથી તેનું પરિણામ પણ કેટલીક વાર ઘણું જોખમકારક થઈ પડેછે.

દર્દશામક “એક્ઝોડોના” સરખી ઝેરી દવા નાનું બચ્ચું ખાઈ જાય તો એથી તેનું મૃત્યુ નીપજવાનો સંભવ છે.

કાંઈ વખત કાંઈ બી, ચણો, ચણોડી, કાંકરી કે નાનું ફૂલ વગેરે ચીજ રમતાં રમતાં અણુસમજથી બાળક કાનમાં નાખી દેછે, તેવે પ્રસંગે એવી ચીજ જે કાનમાં ગયેલી હોય તે કાનમાં પાણીની પીચકારી મારવાથી અથવા તે કાનની બાજુપર તેને સૂવાડીને બીજી બાજુના કાન ઉપર હળવેથી થોડીક થાપલી મારવાથી તે ચીજ ઘણુંકરીને તેમાંથી બહાર નીકળી પડશે. જો કાંઈ બીજું જીવકું કે મચ્છર કાનમાં પેસી ગયેલ હોય તો સહજ ગરમ કરેલ મીઠા તેલનું ટીપું અથવા મીઠાનું પાણી તે કાનમાં નાખ્યાથી તે જીવકું કે મચ્છર તેમાંથી બહાર નીકળી આવવાનો સંભવ છે.

કોઇ વાર કાંઇ બી, ઠળીઓ, વડાણો, વાલ કે ચણાડી વગેરે ચીજ બાળકે નાકમાં નાખી દીધી હોય તો તેવે પ્રસંગે તેને તપખીર સુંઘાડીને અથવા નાકમાં પીછું ખોસીને અગર બીજા કોઇ સાધનથી તેને છીંક આણ્યાથી તે ચીજ તેમાંથી ધણુંકરીને પાછી નીકળી આવશે.

આંખમાં કાંઇ ધૂળ, રજકણ કે જીણું જીવડું વગેરે પડે તો તે આંખના ઉપરના પોપચાને સીસાપેન વગેરેની મદદથી ઉથલાવી તેમાં જીલ અથવા બારિક કપડું ફેરવ્યાથી તેવો કચરો કે જીવડું તેમાંથી દૂર થશે.

એ પ્રમાણે કાન, નાક કે આંખ વગેરેના શારીરિક અકસ્માત વખતે એવા તાત્કાલિક ઉપાયથી ફાયદો ન થાય તો તે માટે દાકતરની મદદ વેળાસર લેવી એ સલાહકારક છે.

બાળકને કાંઇ અકસ્માત થાય અથવા કોઇ પણ પ્રકારની તરત લક્ષમાં લેવા જેવી ઇજા થાય તો એ વિષે તે પોતાના વડીલને વેળાસર જાહેર કરે તેવી તેમને ચેતવણી અગાઉથી બરાબર આપી રાખવાની ખાસ જરૂર છે.

છોકરાં નીસરણી અથવા ઝાડ વગેરે ઉપરથી પડી ગયાથી તેમને વાગ્યું હોય, હાડકું મરડાઇ, લંચકાઇ કે લાંગી ગયું હોય, કોઇએ તેને માર માર્યો હોય, કોઇ ઠેકાણે અડપલું કરતાં શરીરે દાઝેલ હોય, પડી ગયા વગેરે કારણથી જખમી થયેલ હોય, કાન કે નાકમાં કાંઇ ચીજ તેણે ધાલી દીધી હોય, શરીરમાં અમુક ઠેકાણે કળતું, દુખતું કે બીજા કોઇ પ્રકારની પીડા થતી હોય, પગમાં કાંટો ભેડાયો હોય, બાર વચ્ચે આવીને આંખની ચીપાઇ હોય, અથવા કાંઇ રમત રમતાં અગર કાંટાની વાડ વગેરેમાં પેસતાં લૂગડાં ફાટી કે ચીરાઇ ગયાં હોય તે વિષે માબાપ જાણશે ત્યારે તેઓ ધણાજ ગુસ્સે થશે, ઠપકો આપશે, ધમકાવશે કે માર્યા વગર મૂકશે નહીં, તેવી ધાસ્તીથી તે વિષે ન્યાંસુધી જાનું રખાય ત્યાં સુધી જાનું રાખવાની તે તજવીજ કરેછે, અને શારીરિક ઇજાથી તેને અસહ્ય દુઃખ ઉત્પન્ન થાય ત્યારે અથવા માબાપને એ બાબતની બીજી રીતે બબર પડ્યાથી તે તેને પૂછે ત્યારેજ તે માનેછે. આ પ્રમાણે થવાથી શારીરિક

ધંજનો તાત્કાલિક ધંધાજ કરવામાં ઘણું અસર થાય છે અને તેને પરિણામે વધારે પીડા થઈ પડવાનો કે બીજી રીતનું નુકસાન થવાનો ઘણો સંભવ રહે છે.

આજક અકસ્માતથી, અથવા અમુક કામ કરતાં ઘરની કાંઈ ચીજને નુકસાન કરી બેસે તો તેથી તેને મારવું જોઈતું નથી. કાંઈ પણ નવું નવું કામ સ્વતંત્રપણે પોતે કરવું એવું તેનું સ્વાભાવિક વલણ હોય છે, પરંતુ તેવું કામ કરવાનો તેને મહાવરો ન હોવાથી તેમ કરતાં તે પડે આખડે કે કાંઈ દોળે ફાટે તેથી માખાપે જૂમખરાડા ન પાડતાં લવિખમાં વધારે સંભાળ ને સાવચેતી રાખીને કામ કરવાની તેને સમજાવીને સુચના આપવી એજ પરિણામે ઇષ્ટ છે.

બચ્ચાં વગેરેને કાંઈ અકસ્માત થાય તે પ્રસંગે તાત્કાલિક શું ઉપાય યોગ્ય તે વિષે માખાપે અગાઉથી જ્ઞાન મેળવી લીધું હોય તો તે બહુ ઉપયોગી થઈ પડ્યા વિના રહેતું નથી.

## ગાળો અને બીલસ ગીતો.

આજકને કાંઈપણ પ્રકારની ગાળો લાંડવી, અથવા તેમની પાસે બીજાને ગાળો લાંડાવવી અગર તેમની સાનિધ્ય પોતે કાંઈને ગાળો લાંડવી, કે તેમને ખરાજ ચિન્હચાળા કરતાં શીખવવું, તેમજ માતાએ પોતે બીલસ ગીતો ગાવાં અગર બીજા પાસે ગવરાવવાં, બીજાને મેલણાંદુણાં મારવાં અથવા સમસગરા ખાવા એ બહુ નામોશી ભરેલું છે. વળી એવી ગલીચ ભાષા બોલવી કે બોલાવવી એ પાપનું કામ છે, પછી તે આજકને શીખામણ દેતાં વાપરી હોય કે પિત્તો ઉછળી આવ્યાથી તેનો ઉપયોગ કર્યો હોય.

કાંઈ કાંઈ માણસને તો જ્યેન તેને ગાળો દઈને કે અપશબ્દો ઉચરીને વાતો કરવાની ટેવ પડી ગયેલી હોય છે !

પોતાની કુંવારી કે સંધવા દીકરીને અથવા પોતાની પત્નીને રાંડ કહેવી, પોતાના પુત્રને સાળો કે સસરા કહેવી, આંખે દેખતો હોય

તેને આંધળો કહેવો, જીવતો હોય તેને મૂઝો કહેવો, અમુક મનુષ્યને ગધેડા કે ગધેડી, કૂતરો કે કૂતરી, સૂર કે ભૂંડણ કહીને તેનો તિરસ્કાર કરવો, એ જેટલું જૂઠું છે તેટલુંજ અસભ્ય પણ છે.

કેટલાંક માઆપ, પોતાનાં બાળકને તારું નખોદ જાય, ભૂંડું થાય કે સત્યાનાશ જાય, અથવા મારા રોયા કે મારા પીટયા એવા એવા અનેક પ્રકારના આપ આવેશમાં આવી જઈને અહોનીશ આપ્યા કરે છે, ને ભૂંડાળી ગાળો દેછે; એવી ગાળાગ્રષ્ટિ જ્યારે ત્યારે ચાલુ રહ્યાથી તે છોકરાઓનો પિત્તો પણ આખરે ઉચ્કરાયા વગર રહેતો નથી. તેઓ માનલંગ થયાથી મનલંગ થઈ જાયછે, વળી વારંવાર એવી ગાળો ખાઈ ખાઈને કઠોર છાતીના અને ખેશરમ પણ બની જાયછે, પોતાના ભાઈ બેન વગેરેને તેમજ પોતાના સામજીઓને ગાળો લાંડવાનું શીખી જાયછે, અને એવી ગાળાગાળી કરતાં તેમાંથી કોઈવાર મારામારી પણ થાયછે, તથા એ પ્રમાણે થતાં લવિષ્યમાં તેનું જે કાંઈ માડું પરિણામ આવેછે તે માટે તેમનાં માઆપ જવાબદાર છે.

પોતાના લગ્નાટમાં માઆપની બીલકલ ગાળ ને માર નહીં લખાવીને જન્મ્યાં હોય એ તાં બાળકો આપણા દેશમાં હાલ શું મળશે ખરાં ?

બીજું શરમશરેલું એ છે કે કોઈ અધિચારી આપ પોતાના નાના બાળક પાસે તેની માતાને ગાળ દેવાવેછે, અથવા તેનીપર હરન પ્રકાર કરાવીને નાકામક મેજ મેળવેછે ! બીજી બાબુએ જોઈએ તો કોઈ કોઈ માતા પણ બાળકને તેના આપને ગાળ દેવાનું કે બીજી કોઈ રીતે અપમાન કરવાનું શીખવેછે ! તે બાળક બિચારું પોતાં કષ્ટકર્તાં તેનો જો અમલ કરેછે તો તેવો હુકમ આપનાર પિતા અથવા માતા ખૂબ ખૂશી થાયછે !

બચ્ચું આપને ચેર હોય ત્યારે તેની મા સિવાયનાં કરતાં કોઈ કોઈ માણસ તેના મોસાફા પક્ષનાને ગાળો દેવાનું તેને શીખવેછે, અને

જ્યારે તે મોસાળમાં હોય ત્યારે મોસાળ પક્ષવાળાં તે બચ્ચાને તેના આપના ઘર તરફનાં કોઈ કોઈ સગાં વડાલાંને ગાળો ભાંડવાનું શીખવેછે, અને બચ્ચું તે પ્રમાણે ગાળો દેછે ત્યારે તે મુજબ ગાળો દેવરાવનાર ખૂબ ખુશી થઈને ખડખડ હસેછે ! તથા તે બચ્ચાને તે બદલ ઘણી સાચાશી આપેછે !

બાઈડીઓએ તેમજ છોકરીઓએ લગ્ન કે ગોરો પ્રસંગે ફટાણાં કે બીલત્સ ગીતો ગાવાં એ પણ ઘણુંજ નિશ્ચ ને નીચું જ્વેરાવનારું છે. નીચ કામમાં આવાં અમંગળ ગીતો ગાવાનો પ્રચાર વધારે પ્રમાણમાં જ્વેરામાં આવેછે. ઘણી બાઈડીઓ પોતે બહુ મર્યાદાશીલ ને આબરુદાર છે એમ બતાવવા માટે લાજનો મોટો ધુમટો કરેછે, મતલબ મોટા તેમજ પરાયા મરદોને મોઢું દેખાડતી નથી. કેટલીક તો બનતાં સુધી ધરતી બદાર પણ નીકળતી નથી. —ઓઝલમાં રહેછે; પરંતુ જ્યારે ફટાણાં ગાવાનો તેને પ્રસંગ મળેછે ત્યારે તે એવા મીલાવડામાં એકદમ ઝુકી પડેછે ! અને એવે વખતે લાજ અને શરમને એ ઘડી નેવે મૂકી દે છે ! પોતાનાં નિર્જળ વચનો પોતાનો પતિ, આપ, બીજું કોઈ સગું-વડાં કે પોતાનું સંતાન સાંભળે તેમાં કશી અડચણ કે અમર્યાદપણું તે જોતી નથી એ જોટલું શોચનીય છે તંત્રું શરમભરેલું પણ છે. આનું પરિણામ એજ આવેછે કે તેમની દીકરીઓ પણ પોતાને એવા અનિષ્ટ પ્રસંગ મળ્યાથી એવી ખરાબ રસમનું અનુકરણ કરવામાં અને અપસંદો ઉચરીને પોતાનું મોઢું મલીન કરવામાં પાછું વાળીને ભા-એજ જુએછે.

બાળકનાં નામ પાડવાં તે સારાં ને તેમનાં દિવ ખુશ થાય તેવાં શોભિતાં પાડવાં જોઈએ, પણ તેઓ સમજણનાં થયે શરમાય તેવાં નામ સ્થાયી તરીકેનાં કે હુલામણાંનાં પણ કદી પાડવાં નહીં જોઈએ, કેમકે એવાં નામ પાડ્યાથી તે આપડાંઓને આખી ઉમર સુધી વગર વાંકે શરમાવું પડેછે.

કાંઈનાં નામ જૂડો કે જૂડી હોયછે, પણ તે બધાં કાંઈ જૂડા બોલાં હોતાં નથી. કેટલાંકનાં નામ ઘેલો, ગડો કે ઘેલી હોયછે, પણ તેમાંનાં કાંઈ કાંઈ પાંચમાં પૂછાય તેવાં ડાહ્યાં હોયછે. કેટલાંએકનાં નામ કડવો કે કડવી હોયછે કે જ્યારે તેમાંનાં કાંઈ કાંઈ બહુ મિષ્ટવાદી જોવામાં આવેછે !

એ પ્રમાણે પુરુષોમાં કાંઈનું મૂળ નામ અથવા અપર નામ કચરો, પુંજો, ઉકરડો, ગોખરો, બોધો, અમથો, વરવો, બોળો, બોડો, પોલો, પોચો, બીખારી કે બાવલો વગેરે વગેરે હોયછે, અને સ્ત્રીઓમાં તેવી રીતે કાંઈ કાંઈનું નામ ધૂળીયાઈ, વરવીયાઈ, બીખીયાઈ, આવડી કે અ-બડી વગેરે વગેરે હોયછે !

પોતાના દીકરાનું નામ મહિલાલ કે મોતીલાલ હોય તેને કેટલાંક માઆપ મહિયો કે મોતીઓ એવા નામથી અને દીકરીનું નામ મહિ કે મોતી હોય તેને મહુડી કે મોતડી એવા અપમાનકારક નામથી બોલાવેછે એ નાપસંદ કરવા યોગ્ય છે. ઘણાં માઆપ પોતાનાં સંતાનને સદા એક નામથી એટલે એકવચનથી 'નું' કરીને બોલાવેછે એ ટેવ પણ સારી નથી.

“ કર કરનારો જાય પણ કર નહીં જાય. ” એ કહેવત પ્રમાણે ખરાબ નામ પાડનાર માઆપ કે કોઈબા પોતાનો અંતકાળ આન્યાથી રસ્તે પડેછે પરંતુ તેમણે બાળકનું પડેલું લગ્નમાથું કે અપમાનલેણું નામ છાંદગી પર્યંત કાયમ રહી જાયછે, અર્થાત્ તેમાં પાછળથી કાંઈ પણ ફેરફાર થતો નથી એટલે જે નામ મૂળથી પડ્યું તે વિધાતાના લેખ સરખું અટળ થઈ પડેછે !

બાળકને નાકક સરમાવું પડે તેવું તેનું નામ પાડવું તે એક રીતે જોતાં વસર ધરાદે પણ તેને અપમાન, માળ કે અન્યાય આપવા સરખું થાયછે.



## વારસામાં ઉતરતા માનસિક ગુણ દોષ તેમજ શારીરિક ખોડખાંપણો અને વ્યાધિઓ.

માણસોને સામાન્ય રીતે વડીલોપાછળે મિલકતનો જેમ વારસો મળેછે, તેમ કેટલાંક માણસોને આપ દાદાનાં અમુક ગુણ, ખાશીયત, શક્તિ, સ્વભાવ અને વલણ વગેરેનો વારસો તેમનાં શરીરદ્વારા મળેછે, તો કેટલાંકમાં આપદાદાઓએ પોતાની ભૂલથી ઉત્પન્ન કરેલાં તથા અનુભવેલાં અમુક દુઃખ, દરદ ને દુગુણો વારસા તરીકે ઉતરી આવેલ હોયછે.

મા અથવા આપનાં શારીરિક, માનસિક અને આધ્યાત્મિક લક્ષણો, તેમજ કરકસરીઆ અથવા લોભીઆપણાની, છલ ઝલાવા આદિની આદત તેમનાં સંતાનોમાં ઓછા અથવા વધતા પ્રમાણમાં વારસા તરીકે ઉતરી આવેલી ઘણી વખત આપણા જાણવામાં આવેછે.

કેટલીક ટેવો વારસામાં ઘણુંકરીને ઉતરતી નથી, જેમકે જૂઠાંબોલા માણસનું ફરજદ જૂઠાંબોલું અવતરે એવો કાંઈ મેળ નથી.

સામાન્ય રીતે જોતાં આપના એવા સારા માહ અંશ તેના દીકરામાં વધારે, અને માના એવા અંશ તેની દીકરીમાં વધારે પ્રમાણમાં ઉતરેલા જોવામાં આવેછે, પરંતુ એ બાબતને અંગે એ પ્રમાણનો અમુક નિયમ સચવાતો હોય તેવું સઘળી અકિતમાં, સરખે દરજ્જે અને સર્વકોળે નજરે પડતું નથી. કોઈ કોઈ વાર અપવાદ તરીકે એમ પણ જોવામાં આવેછે કે આપના અમુક ગુણ કે ટેવ તેના દીકરા કરતાં દીકરીમાં વધારે પ્રમાણમાં હોયછે, ત્યારે માના અમુક ગુણ કે ટેવ તેની દીકરી કરતાં દીકરામાં વધારે પ્રમાણમાં દેખાયછે; કોઈ વખત વળી માઆપનાં અમુક લક્ષણોની અસર તેમનાં દીકરા તેમજ દીકરીમાં સામાન્ય નજરે જોતાં સરખીજ જણાયછે, તો અપવાદ તરીકે કેટલાંક દાખલામાં મા કે આપની એવી કાંઈપણ અસર તેમનાં સંતાનમાં પ્રકટપણે જણાતી નથી.

વળી એક બાપના બધા દીકરાઓમાં એવાં લક્ષણો વગેરે સરખા પ્રમાણમાં ઉતરેલાં દેખાતાં નથી પણ ન્યૂનાધિક પ્રમાણમાં નજરે પડે છે, એજ રીતે એક માની સઘળી દીકરીઓના સંબંધમાં પણ સમજવું. અર્થાત્ એને માટે કાંઈપણ પ્રકારનો ચોક્કસ નિયમ હોય તેવું જોવામાં આવતું નથી, તોપણ ઘણા માણસોમાં અમુક લક્ષણ, વક્ષણ, ખવાસ, ખાશીયત આદિ સ્વાભાવિક રીતે વધારે અથવા સહજ પ્રમાણમાં ઓછાદે સામાન્ય રીતે ઉતરી આવેલ હોય છે. મીસ પાવર કોય નામની એક સ્ત્રીએ કહ્યું હતું કે તેના કુટુંબની છેલ્લી પાંચ પેઢી થયાં અક્ષરેતો એકજ જાતનો મરોડ ચાલતો આવે છે!

લાંબી ઉમર ભોગવનારા માણસોનાં સંતાનો પણ ઘણુંકરીને લાંબું આયુષ્ય ભોગવે છે. બળવાન માથાપની પ્રજા બળવાન થાય છે. ઉંચા પ્રકારની માનસિક શક્તિ ધરાવનાર મનુષ્યના વંશજમાં તેવી શક્તિ વધતા ઓછા પ્રમાણમાં ઉતરે છે. એ પ્રમાણે તનદુરસ્ત માથાપનાં સંતાન તનદુરસ્ત, ધીમંતનાં ધીમંત, મૂરખનાં મૂરખ, ધર્મધિનાં ધર્મધિ, નીતિવાનનાં નીતિવાન, પરગણુનાં પરગણુ, માયાણુનાં માયાણુ, ધર્માધનાં ધર્માધ, લોભીનાં લોભી અને દુર્વ્યસ્ત્રીનાં દુર્વ્યસની ઘણુંકરીને નીપજે છે.

અમુક સારી કે માઠી વૃત્તિઓ જન્મની સાથેજ તેમનાં બચ્ચાંમાં ઉતરે છે. મોસાળ પક્ષના પણ એવા કાંઈ ગુણુ દોપનો વારસો કેટલાંએક માણસોમાં ઉતરી આવેલો જોવામાં આવે છે.

દીંગણાં માથાપની પ્રજા દીંગણી, લાંબા ચોડાની લાંબી ચોડી અને પુષ્ટની પુષ્ટ ઘણુંકરીને નીપજે છે.

ઘણીવાર શોખ પણ ઓહદે ઉતરે છે. અમુક માણસને દરિયો ખેડવાનો, ચિત્રકામનો કે ગામનનો ઘણો શોખ હોય છે તો તે જાતનો શોખ તેના દીકરામાં પણ કાંઈ કાંઈ વખત જોવામાં આવે છે. અમુક અમુક જાતની બીક પણ ઓલાદમાં ઉતરતી આવે છે.

ઘણાં સંતાનોના ચહેરામહોરા પણ તેમનાં માઆપને, તેમજ લાંબુને બહુ મળતા આવેછે. એક આપના શારીરિક ઘાટ અને આંખ વગેરેની આકૃતિ, રૂપ, રંગ વગેરે ઉપરથી તેના દીકરાને, તેમજ એ રીતે એક માતાના ચહેરામહોરા વગેરે ઉપરથી તેની દીકરીને કાંઈ કાંઈ વખત અટકળથી ઓળખી કાઢવામાં આવેછે. એ પ્રમાણે એક લાંબના ચહેરામહોરા વગેરેથી તેના લાંબને, તેમજ એક બેનની મુખમુદ્રાના મળતાપણાથી તેની બેનને ઓળખવાનું સહેલું પડેછે. કાંઈ વખત એવા એક બીજા લાંબ અથવા બેનના ચહેરાના બહુજ મળતા-પણાને લીધે એક લાંબને તેના બીજા લાંબના નામથી, કિંવા એક બેનને તેની બીજી બેનના નામથી ઓળાવવામાં આવેછે ! પણ પછી તે માણસના ખુલાસાથી, પોતાની માન્યતામાં રમૂજ બૂલ કરીછે એવું જાણવામાં આવતાં તે મુજબની થયેલી બૂલથી ઓળાવનાર હસી પડેછે !

સાથે જન્મેલાં જોડલામાંનાં કેટલાંકના ચહેરા એક બીજાને એટલા તો મળતા આવેછે કે એ પ્રમાણેના મળતા ચહેરાની મુશ્કેલી કાંઈ કાંઈવાર બહુ રમજીભરેલી થઈ પડેછે !

કેટલીક વખત અમુક માણસનાં અવાજ, અક્ષર, આચરણ અથવા ઓલવા ચાલવાની રૂપ ઉપરથી પણ તે પોતાના અમુક જોડેલા જાણેલા માણસનું સંતાન હશે એવો ખ્યાલ આવી શકેછે.

પૂર્વજોની એ પ્રમાણેની અમુક ખૂબીઓ તથા ખામીઓ વગેરે ઓળાવ-દમાં ઉત્તરોત્તર ઉતરતી હોવાથી અમુક બાળક પરિણામે બહાદુર અથવા બીકળુ, ઉદાર અથવા આપમતલબી, ગર્વિષ્ટ અથવા નમ્ર, ધાંધલીયું અથવા ધીમું નીપજેછે તેમાં કેળવણીના કારણ કરતાં એવા વારસાનું કારણ સામાન્ય રીતે જોતાં વધારે હોયછે.

કોઇ કુટુંબમાં જન્મેલા બાળકને પાંચને બદલે છ આંગળીઓ હોયછે, એવું એક માણસની ઘણી પેઠીઓ સુધી કુદરતી રીતે આશ્ચર્ય આપ્યું હતું. અમુક કુટુંબમાં જન્મ પામેનારને સરીરના અમુક ભાગપર મસા હોયછે. કેટલાંક કુટુંબમાં દાંતની અમુક રીતની રચના, કેટલાંકમાં જીભની અમુક પ્રકારની ખાશીયત, તેમજ કોઇમાં અમુક અવયવનું ઘાટમાં બહુ મળતાપણું આશ્ચર્ય આવેછે; એવાં કુદરતી ચિન્હો જ્યાંસુધી પેઠી દરપેઠી કાયમ રહેછે ત્યાં સુધી એ પ્રમાણેના કુદરતી મહોરજાપના રૂઢાથી તેમની પેઠીનું ખરાપણું પુરવાર થયાથી તે માટે વાજબી રીતે તેઓ અભિમાન ધરાવેછે !

અમુક પ્રકારના વાધિઓ પણ ઓલાદે ઉતરતા જણાયછે. મા અથવા બાપને અમુક રોગ હોય તે તેમનાં બચ્ચાને અથવા બચ્ચાંના બચ્ચાને કોઇ કોઇ વાર થતો જોવામાં આવેછે. ઉપદંશ, ક્ષમ, દમ, ફેફસ, મધુપ્રમેહ, નજલો, વાઇ, નાસુર, કંઠમાળ, દીવાનાપણું, ઢુંકી નજર, જ્ઞાતવંતુનું અમુક દરદ, દાંતની નબળાઇ કે તેનું વહેવું પડી જવું, એવા રોગ ઓલાદે ઉતરતા જોવામાં આવેછે. દારૂડીયાના છોકરા દારૂડીયા થયેલા એવા દાખલા ઘણા નોંધાએલાછે, પરંતુ એ પ્રમાણેના રોગ વારસામાં ચોક્કસપણે ઉતરેજ એમ કાંઇ હમેશા ખતનું નથી. સવખતની યોગ્ય સંભાળ ને માવજતથી તેવા રોગને વારસામાં ઉતરતા કેટલીક વાર અટકાવી શકાય તેવો સંભવ છે.

મનુષ્ય પ્રાણીમાં માત્ર રોગજ ઓલાદે ઉતરેછે એમ નથી, પરંતુ બાપદાદાનો ધધો, અક્કલ, આવડત, ડાહ્યપણ, ચાલાકી, યુક્તિ, તેમજ સારો, માયાળુ, ક્રોધી, હઠીલો કે બીરૂ સ્વભાવ પણ ઓલાદે ઉતરેછે. અમુક કામમાં અમુક પ્રકારની કુનેહ, કુશળતા કે કામેલીયત અથવા રાજ્યદારી, વ્યાપારી કે વ્યાવહારિક નીતિ રીતિ ચાલી આવેછે, તેના સંસ્કાર પણ તેના વંશજમાં ઉતરી આવેલા જણાયછે. અમુક અમુક કામ વચ્ચે

તેમજ અમુક અમુક દેશની પ્રજા વચ્ચે વર્ષોનાં વર્ષો થયાં 'અસ્પર્શ' અદેખાઈ ચાલી આવેછે, અને પરિણામે એવા વેરભાવ ઉદ્ભવે બિલાડીની પેઠે સ્વાભાવિક સરખો થઈ પડેછે.

એ પ્રમાણે જેમ અમુક કામ કે વ્યક્તિના અમુક ગુણ દોષ તેની ઓશાદમાં ઉતરેછે, તેમ એક પ્રજા (Nation) ની અમુક ખાશીયન પણ ઉતરેતર તેના વારસામાં ઉતરતી આવેછે.

અમુક અમુક પ્રકારની તજનીજથી સગર્ભા સ્ત્રીને સારું બચ્ચું પેદા થવાનો સંભવ છે તે માટે અત્રે ટુંકામાં કહેવાનો પ્રસંગ લેઈએ તો તે અસ્થાને ગણાશે નહીં.

બચ્ચું ગર્ભાશયમાં હોયછું તેટલી મુદત સુધી તેની માતાની શારીરિક તથા માનસિક સ્થિતિ જે રીતની રહેલી હોય, તેણે જેવા નિયમોનું પાલન કરેલું હોય તેની અસર તે ભાવિ આળકની તન મનની સ્થિતિપર થવાનો ઘણોજ સંભવ છે; તેથી ગર્ભાવસ્થા વખતે સગર્ભા સ્ત્રી પોતાની રહેણીકરણી, આચારવિચાર તથા આહારવિહાર ઉત્કૃષ્ટ પ્રકારનાં રાખે, પોતે આનંદમાં રહે, સારી ક્રિયાઓ કર્યા કરે, અનિદ્ર વિચારો, કળ્યા કંકાસ કે કુતર્કો કરે નહીં, તેમજ ખડુ ભય ઉત્પન્ન થાય કે મનપર માદી અસર નીપજે તેવા બનાવ, અથવા રીંછ અને વાંદરા જેવાં પ્રાણીઓ, કે તેના ખેડ તેમજ ખોડખાંપણવાળાં કે ગાંડા ઘેલાં મનુષ્યો તેના જેવામાં, કે ભય ઉત્પન્ન થાય એવા બિયામણા અવાજ તેના સાંભળવામાં બનતાં સુધી ન આવે તેમ થવું ઘણું જરૂરનું છે.

અમુક માતા પોતે કાલીઘેલી સરખી નહીં હોય, છતાં તેનું સંતાન કાલાઘેલા જેવું થયેલું હોય તો તેને માટે ઈરાંઓ સામાન્ય રીતે એમ કહેછે કે તે આળકની માએ ગાંડ ચડીને ગ્રહણ જેવું હશે !

જેવા ચહેરા મહોરાનાં, જેવા બળ બુદ્ધિનાં, જેવા સદ્ગુણ ને સ્વભાવનાં, જેવી કામેલીયત ને પરાક્રમવાળાં, જેવાં તનદુરસ્ત ને દિવ્ય કાન્તિનાં સંતાન સાંપડવાની ઇચ્છા હોય તેવી જાતના બાળકને પોતાની સમિપ રાખવાં જોઈએ, અને તેવા બાળકને અભાવે સુંદર બાળકનાં ચિત્રો સગર્ભા સ્ત્રીઓ વારંવાર જુએ તથા તેનું ચિંતવન કરે તો ભાવના તેવી સિધ્ધી થયા વગર રહે નહીં. ગર્ભાવસ્થાના સમયમાં તેણે સાસ્ત્રિક અને નિયમિત આહાર કરવો જોઈએ; માટી, ભુતડો વગેરે કોઈ પ્રકારનો દુષિત આહાર કરવો નહીં જોઈએ; વળી યોગ્ય કથા વારતા વાંચી કે સાંભળીને પોતાનું મન સદા શાંત ને ખુશીમાં રહે તેવી તજવીજ કરવી એ આવશ્યક છે.

વિખ્યાત રણવીર નેપોલ્યન બોનાપાર્ટની માતાના સંબંધમાં એમ જણાયેલું છે કે તે જ્યારે ગર્ભમાં હતો ત્યારે તેની મા શરવીરપણાની નવલકથાઓ વાંચતી અને એનું પરિણામ એ આવ્યું કે તે પોતાની છાંદગીમાં એક મહાન શરવીર થઈ પડ્યો હતો.

સદ્ગુણી અને ઉત્તમ નીતિ રીતિ, હૃદયબળ, બુદ્ધિબળ અને શારીરિક બળવાળાં નીરોગી કુટુંબમાં જન્મ થાય એ જેમ અહોભાગ્યનું તેમ તનમનથી અનેક પ્રકારે દોષ દરદવાળાં કુટુંબમાં જન્મ થાય એ હીનભાગ્યનું ચિન્હ છે.



## માતાનો પ્રેમ.

જો સમયાનુસાર વિવેકબુદ્ધિ વાપરીને ઉપયોગ કરવામાં આવે તો પ્રેમ, તેમજ સંભાળપૂર્વક વહેલાં મીઠાં વચન એ વશીકરણરૂપ થઈ પડે છે. પ્રેમ એ જેમ સૃષ્ટિનો તેમજ સઘળા સદ્ગુણનો પાયો છે, સઘળા સારી લાગણીઓનું મૂળ છે, તેમજ બાળશિક્ષાનો તે પહેલો તેમજ છેલ્લો પાઠ છે. બાળક પ્રત્યે ગમે તે માણસ ખારથી વત્તેછે, તેની સાથે તે હળી જાયછે. પ્રેમમય વચન તથા વર્તનથી બાળકના અંતઃકરણપર જેટલી સારી અસર થાયછે તેટલી ધમકી ભરેલાં અને કટોર વેળુથી કદી થતી નથી. ભયથી બાળકની સદ્વૃત્તિ દબાઈ જાયછે. બળાત્કારથી કોઈ પણ કાર્ય સારી રીતે પાર પડતું નથી. પ્રેમ અને યોગ્ય પ્રયત્નથી પોપટ સરખાં પંખીઓ, અને કૂતરાં, બિલાડાં, ગાય વગેરે બીજાં પ્રાણીઓ તેમજ સિંહ સરખાં જંગલી કૂર જનાવરો પણ કેળવાયછે, તો બાળકો આધિન થાય એમાં કોઈ આશ્ચર્ય પામવા સરખું નથી.

બાળકનો જાતિ સ્વભાવ ખાર તથા શ્રદ્ધાની લાગણીવાળો હોયછે. તેઓ પોતાનીકાં નાનકડાં ભાઈ બેનને જોઈને કેટલાં બધાં ખુશી થાયછે અને તેમને ખારથી કોટી કરેછે ! કોઈ કોઈ વાર તે ઘણાં ખુશીમાં આવી જાયછે ત્યારે એકદમ માતાના બોળામાં ફૂટી પડેછે, અથવા તેની ડોકે બાઝી પડેછે ! વળી કૂતરાં, બિલાડાં, કુરકુરીઆં વગેરે પ્રાણીઓ ઉપર તથા દીંગલા દીંગલીઓ વગેરે પોતાનાં રમકડાં ઉપર તેઓ સ્વાભાવિક રીતેજ ઘણો સ્નેહભાવ દર્શાવેછે. એવી તેમની સદ્વૃત્તિનો લાભ લેવા તેમની પાસે એવાં પ્રાણીઓને પાળવામાં આવશે તો તેમના સમાગમથી તેવાં પ્રાણીઓ પ્રત્યે તેમની પ્રેમની લાગણી દિનપરદિન વિશેષ ખીલતી જશે અને પરિણામે જેમ તે કાળે તેમજ ભવિષ્યમાં પણ પોતાના ભાઈ-

ભાંડુઓ, ધંતર મનુષ્યો તથા બીજાં પ્રાણીઓ પ્રત્યે તેમનું સ્નેહભાવનાળું વર્તન ચાલુ રહેશે.

બાળકની સ્વાભાવિક પ્રેમવૃત્તિ વિશે એટલું વિવેચન કર્યા પછી પાછા મૂળ બાબત તરફ આવીએ.

માતાના સરખો નિર્મળ ને પુનિત પ્રેમ વિશ્વમાં બીજો એક પણ નથી. એ પ્રેમથી પરમાવધિ ! એ પ્યારની વ્યાખ્યા કે તેનું માપ મથાર્થ રીતે થઈ શકે તેમ નથી. માતાના નિર્મળ પ્યાર સરખી અડગ અને અટળ ચીજ જગતમાં બીજી એક પણ નથી. તેનો પ્રેમ ઇશ્વરથીજ માત્ર ઉતરેછે. આ દુનિયામાં બીજો કોઈ પણ પ્યાર તેના પ્યારની સ્પર્ધામાં ઉતરી શકે તેમ નથી. માતા એકજ દષ્ટિથી એટલે વિશુદ્ધ સ્નેહથીજ સંતાન પ્રતિ જુએછે. વાસ્તવિક રીતે જ્ઞેધંએ તો તે પોતાના સંતાનને માટે જીવેછે, અને સંતાનનેજ તે પોતાનું સર્વસ્વ ગણતી હોવાથી તેનાપર તેનું હેત અવિચળ રહેછે, અને એ પ્રમાણેના પોતાના અવર્ણિય પ્રેમ તથા મમતાને લેધને તેમજ આ પ્યારા સંસારમાં સંતાનને મીઠી વીરડી સમાન ગણીને તે પોતાનું ગમે તેવું દુઃખ, દરદ, ગરીબાઈ તથા બદલાનો વિયોગ ઘણીવાર વિસરી જાયછે તથા પ્યાર અને સંતોષમાં પોતાની જીંદગી નિર્ગમન કરેછે.

બીજાં પ્રાણીઓનાં બચ્ચાને પણ અમુક અમુક પ્રકારે પોતાની માનો લ્હાવ તથા તેનું રક્ષણ મળી શકેછે.

કૂકડી સ્વભાવથી ગમે તેટલી બાંકણ હોયછે, તોપણ તે પોતાનાં બચ્ચાને છેડવા આવનારની સામે ધસ્યા વિના રહેતી નથી ! ગાય વગ-ડામાં ચરીને પાછી જ્યારે ઘેર આવેછે કે તુરત પોતાના બચ્ચાને ચાટીને બદાલ બતાવવા માંડેછે ! બિલાડી પોતીકાં નાનાં બચ્ચાને પોતાના મોઢામાં ધાલીને એક ઘેરથી બીજો ઘેર લઈ જાયછે ત્યારે



પોતાના દાંત તેમને જરા પણ લાગવા દેતી નથી, અને એનીપર તે પોતાના પંજ ફેરવે ત્યારે પોતાના નખ એ પંજમાં ઘાલી દે છે કે જેથી તે બચ્ચાને વાગે નહીં. સિંહણ, પોતાના બચ્ચાને કોઈ પકડવા આવે તો બેઠક જુસ્સાથી તેની સામે થયા વિના રહેતી નથી.

સઘળા દેશનાં બાળક મા એ શબ્દ પ્રથમારંભે શીખે છે. આખી પ્રજાની ઘડનાર મા છે એટલે પ્રજાનાં લક્ષણ માથીજ બંધાય છે, જેથી મા એ દેશની સમગ્ર પ્રજાની પણ મા છે. એક પ્રજાનાં ગુણ, સ્વભાવ ને લક્ષણ ઉપરથી તેની માતાઓનાં ગુણ, સ્વભાવ ને લક્ષણ અત્યંત થાય છે. માતાની શક્તિ જેવી તેવી નથી. ઉદાહરણમાં એક કહેવન છે કે “જે હાથ પારણું હીંચીએ છે તે પૃથ્વીનું રાજ્ય ચલાવે છે.”

મા શબ્દ કેળવણીનું બીજું નામ છે. મા એ એકજ શબ્દમાં શિક્ષણની આખી પદ્ધતિ સમાઈ ગયેલી છે. સર્વ ગુરુમાં માતા એ પરમ ગુરુ છે. ભારતમાં કહ્યું છે કે “નાસ્તિ માતૃ સમો ગુરુ” માતા તુલ્ય શિક્ષણ બીજાથી આખી શકાતું નથી. હરજીતે એનસરના કહેવા પ્રમાણે “એક મુશિક્ષિત માતા સૌ શિક્ષકની ગરજ સારે છે.”

માતા એક સૂચક વાક્ય કે શબ્દ કહે, સાચાંશી આપે, કે બાળકનું અમુક સારું કાર્ય જોઈને પરમ હર્ષથી તેને ચુંબન કરે તેની કોઈ વખત એટલી બધી અસર થાય છે કે તેથી કરીને તે બાળક આગળ જતાં મહાન ચિત્રકાર, કવિ, નિપુણ રાજ્યદ્રારી કે પરદુઃખભંજન થઈ પડે છે. કેટલાં બધાં પ્રસિદ્ધ મનુષ્યો પોતાની માતાની મોટાઈ, લક્ષણ ને પ્રવીણતા વગેરેનાં આભારી હોય છે ! જગતમાં ઘણાં મનુષ્યો પોતાના વિધવિધ સદ્ગુણોને માટે જનમંડળમાં ભારે પ્રતિષ્ઠા મેળવી પોતાનાં નામ અમર કરી ગયાં છે, તે તેમની સુગ્ર માતાઓ તરફથી નાનપણમાં થયેલ ઉત્તમ સંસ્કારોનુંજ પરિણામ માત્ર જણાવે છે.

અમેરિકાવાળા પ્રેન્ડીસને કાંઈએ એક વાર કહેલું કે “તમારા જેવા સુપુત્રને માટે તમારી માતાને ખરેખરી મુખ્યારકબાદી થોડે છે.” ત્યારે તેણે તુરતજ તેના જવાબ આપ્યો હતો કે “એમ કરવાને બદલે તેના દીકરાનેજ મુખ્યારકબાદી આપોની કે જેને એવી લાયક માતા મળેલી છે !”

માતાએ પોતાના સંતાનને બાળ વયમાં સર્વોત્કૃષ્ટ કેળવણી આપી હોય તો તેની ઉત્તમ અસર માત્ર તેના ઘરમાં, ગામમાં કે દેશમાંજ નહીં, પરંતુ દુનિયાના એક છેડાથી બીજા છેડા સુધી પહોંચી વળવાને પણ સમર્થ થાય છે. જેમ એક નાના તળાવમાં ઘણી વજનદાર મોટી ચીજ ફેંકીએ તેની અસરથી હોરોપર હોરો થતાં તે તરંગો એક છેડાથી બીજા છેડા સુધી પહોંચી જાય છે તે પ્રમાણે એક લાયક માતાએ પોતાના બાળકને આપેલી કેળવણીની અસર તેના બાળક ઉપરજ માત્ર થતી નથી, પરંતુ બીજા અસંખ્ય મનુષ્યપર થાય છે, મતલબ એક માતાપર માત્ર તેના બચ્ચાનાજ લવિષ્યનો આધાર નથી, પરંતુ ઉડાં ઉતરીને જોઈએ તો દેશના તેમજ દુનિયાના લવિષ્યનો પણ તેની ઉપર આધાર રહેલો છે. સુશિક્ષિત માતા એ સૃષ્ટિનું અમૂલ્ય રત્ન છે, રત્નની ખાલુ છે; વળી તે એક દેવી છે તથા અદ્ભૂત શક્તિ છે.

“The mother makes or mars the child.” માતાજ બાળકનું લવિષ્ય સુધારે છે અથવા બગાડે છે. બચ્ચાનું લવિષ્યમાં ધ્રુષ્ટ કે અનિષ્ટ થવું તેના આધાર મુખ્યત્વે કરીને તેની મા ઉપર અવલંબી રહેલ છે.

માતા એ પોતાના બાળકની ખરેખરી વિધાતા છે. જ્યારે કાંઈ બાળકનું અમુક કામ તુચ્છકારને પાત્ર જણાય છે ત્યારે લોકો કહે છે કે “ખરેખરો વિદ્યાત્રાનાજ વાંક છે !” એ વિદ્યાત્રા તે વાસ્તવિક રીતે જોઈએ તો તે બાળકની માતાને જ સમજવી !

જન્મથી આશરે બે પાંચ વરસ સુધીની કુમળી વયમાં બાળકને તેની માતાનીજ પ્રતિમા રાતદિવસ નજરે પડે છે, મતલબ તેનોજ સહવાસ તેને ધણો વખત સુધી રહે છે. જેની સોખત મૂળથી રહે, વળી લાંબો વખત સુધી રહે તેની અસર જેમ વધારે થાય, તેમ તે વધારે વખત સુધી ટકે એ દેખીતું છે. જેવા નિશાળના શિક્ષક તેવા તેમના શિષ્ય થયેલા હોય એવું લાગ્યેજ જોવામાં આવે છે, તેનું કારણ કે દરેક વર્ષે બહાર પડતાં જ્યોતિષનાં ‘પચ્ચાંગ’ કે વાર્ષિક ડાયરી બુક (રાજનિશી) ની પેઠે એવા શિક્ષકો ધણુંકરીને વરસે ને વરસે બદલાઈ જાય છે, જેથી અમુક એક શિક્ષકનો પરિચય બાળકને વધારે મુદત સુધી કાયમ રહેતો નહીં હોવાથી તેવા શિક્ષકના પ્રસંગની અસર તેના અંતઃકરણપર સ્થાયી થયેલી હોય એવું કાંઈજ વખત જોવામાં આવે છે.

માતામાં પ્રેમ, નરમાશ ને કામળપણું કુદરતી રીતેજ વિશેષ હોવાથી બાળકમાં અગ્રકટ રહેલ સહૃદયતાનાં બીજને ઘટિત પ્રકારે પોષણ આપી હૃદયની ખીલવટ કરવા તથા ખ્યાર અને દયા વગેરેની વિધવિધ પ્રકારની લાગણીઓને કેળવવા માટે તે સ્વાભાવિક રીતેજ વિશેષ યોગ્ય ગણાય છે.

૭૦ ટી૦ મેકેન્ઝી નામનો વિદ્વાન કહી ગયો છે કે “મનુષ્યને તેની માતાના બોધથી જેવું સ્વરૂપ મળ્યું હોય તેવા તે થાય છે.” આપણા સુપ્રસિદ્ધ દેશલક્ત મહાત્મા દાદાભાઈ નવરોજીજીએ એક પ્રસંગે કહેલું કે “હું જે છું તે એનો (પોતાની માતાનો) કરેલો છું.” એ કથન ઉપરના અભિપ્રાયને યથાર્થ પુષ્ટી આપે છે.

“મેં પોતાના જીવનમાં જે ઉત્સાહ, આગ્રહ, સતત ઉદ્યોગ, આત્મ સંયમ અને નિયમિતપણું વગેરે ગુણો મેળવ્યા છે તે સર્વ ગુણ પ્રાપ્ત કરવામાં મારી માતાએ મને ધણી મદદ કરેલી છે.” તેમજ “દેશને આબાદ કરવો હોય તો માતાઓને યોગ્ય કેળવણી આપવી જોઈએ.” એમ નેપોલ્યન બોનાપાર્ટે કહેતું છે, તે યથાર્થ છે. માતાઓ પોતાની દરજ

ખરાબર સમજતી થયા સિવાય દેશની ખરેખરી ઉન્નતિ કદી પણ થઈ શકે નહીં.

હિન્દી માતાઓના પ્રેમને કેટલાંક જણ ગાંડા પ્રેમ કહેછે, તે પોતાના બાળકપર જે પ્રકારે અને જેટલું હેત રાખેછે, તેટલું હેત ખીજા દેશની માતાઓ ભાગ્યેજ રાખતી હશે એમ કહેવાયછે. એવી માતાઓ પોતાના બાળકને ખરાબ કામ કરતું જુએછે, તોપણ તેઓ તેને બચ્ચું ગણીને એવું કામ કરતાં અટકાવતી નથી, પણ તે મોટું થશે, અકકલ આવશે ત્યારે સમજશે, સુધરશે એમ કહીને તે વાત જતી કરેછે, તેનું પરિણામ સાફ આવતું નથી અને આવે પણ નહીંજ.

કોઈ બાળક નકામી હક લેઈને રડતું હોય, કકળતું હોય કે ધાંધલ મચાવતું હોય તો માનું કાળજી તેથી કોરાઈ જાયછે, અને તેનાં બે ચાર આંસુ બચાવવા માટે પોતાના મનની નિર્બળતા બતાવીને તે પોતાના સંતાનને છાતી સરસું દાખેછે, તથા તેની મરજીને તાબે થઈને તેને મનઘાયું કરવા દેછે, અને તે જે માગે તે આપેછે, એથી કરીને તે બાળકને હઠીલા થવાની ટેવ પડવામાં ન જોઈતું ઉત્તેજન મળેછે.

કોઈ સહજ કદાજ છાતીની માતા, એવે પ્રસંગે બાળકને શરીર શિક્ષા કરેછે, પરંતુ તેમ કર્યા પછી તેને પાછું ઓછું આવી જાયછે, અને ખારની તીવ્ર લાગણીથી તે પોતે એ બાળકની સામે કુસકાં ભરવા લાગેછે !

કેટલાક અપરાધ એવી માતાનાં મનથી નજવા લાગેછે, પણ તે બચ્ચાંને માટે ધણીવાર મોટા હોયછે. પોતીકાં બચ્ચાનો ગમે તેવો મોટો અવગુણ માતાને મનથી છેક છોટો જણાયછે, પરંતુ તેનો કોઈ પણ નાનો ગુણ પોતાના મનથી બહુજ મોટો લાગેછે ! જોઈએ તે કરતાં

વધારે પડતા ખ્યારનું એ પરિણામ છે. જેમ સધળી યીજની હદ હોય છે તેમ ખ્યારની પણ કાંઈ હદ હોવી જોઈએ, પરંતુ માતાઓના સંબંધમાં જોઈએ તો તેમ લાગ્યેજ હોઈ શકે છે.

“ ડાહ્યો દીકરો દશાવર ભોગવે. ” એવી આપણામાં કહેવત ચાલે છે, પણ તે પ્રમાણે પોતાનો દીકરો નોકરી ધંધા માટે પરભૂમિમાં વસે તે તેની માતાના મનથી કદી પરવડતું નથી. તેના મનથી તો સદા એમજ રહ્યા કરે છે કે, પોતાનો પુત્ર ભલે ગમે તેટલું ઓછું કમાય પણ તે સદા પોતાની નજર આગળ રહે તોજ સાચું. “ થોડું મળશે તો થોડું ખાઈશું ” એમ તે કહે છે. માવતર છોડરા હમેશાં ભેળાં રહે એજ દીક, એમ અતિશય ખ્યાર અને ઓછી સમજણને પરિણામે તેને લાગે છે.

## માખાપ.

આ સૃષ્ટિમાં માખાપનાં સરખું અનન્ય ખ્યાર તથા સંભાળ રાખનાર બીજું કોઈ સગું નથી. લોકોમાં સામાન્ય રીતે એવું કહેવાય છે કે પૈસો ખરવ્યાથી બીજાં સર્વ વાનાં મળી શકે છે પરંતુ મા અને ખાપ કદીએ મળતાં નથી.

માખાપને પોતાનાં સંતાન પ્રત્યે સ્વાભાવિક રીતે જ વાતસલ્ય પ્રેમ ઉદ્ભવે છે, તેવો પ્રેમ બીજાં પ્રત્યે ક્વચિતજ પેદા થાય છે. મોટી ઉંમરના અમુક માણસ કોઈની ઉપર ઘણુંજ હેત રાખે છે ત્યારે તેની પ્રશંસામાં પ્રસંગોપાત તે એમ કહે છે કે ફલાણું માણસ મારી ઉપર પોતાના દીકરા કે પોતાની દીકરીના જેટલું હેત રાખે છે. એવા કથન ઉપરથી પણ સિધ્ધ થાય છે કે માખાપ પોતાના સંતાન પ્રત્યે કુદરતી રીતેજ અત્યાધિક પ્રેમ તથા મમતા ધરાવે છે.

જેના માયાપ તેની આત્માવસ્થામાંજ મરી ગયાં હોય તે બિ-  
ચારાને પોતાના માયાપનો પ્યાર કેટલો બધો અગાધ તથા અવશ્યીય  
હોયછે તેનો વાસ્તવિક ખ્યાલ સ્વપ્ને પણ આવી શકતો નથી ! નાનપ-  
ણમાંથી જેને માયાપનો વિયોગ થયેલ હોય તે એવા નિખાલસ  
પ્યારના અનુભવની બાબતમાં ખરેખર નિર્ભાગી ને દયાપાત્ર ગણાયછે.

મા અને બાપમાં પણ નિઃસ્વાર્થ તથા નિરંતર પ્રેમ રાખવામાં  
મા પ્રથમ પંકિતએ છે, કેમકે પિતા કરતાં માતાનો પ્યાર કુદરતી રીતેજ  
વિશેષ હોયછે. તે પોતાના બચ્ચાને ઉછેરવામાં તથા તેનું જતન  
કરવામાં જે કાંઈ સહન કરવું પડે તે ખુશીથી સહન કરેછે, તથા તેમાં  
તે નથી કંટાળતી કે થાકતી.

નાનાં બચ્ચાને ઉછેરીને મોટાં કરવાનો બોજો મા જેટલો ઉઠાવી  
શકેછે તેટલો બાપ કે બીજું કોઈ પણ ઉપાડી શકે તેવો સંભવ નથી.  
વળી તેમનાં ધરની પૈસા સંબંધી સ્થિતિ છેકજ મરીખ હોય તોપણ  
રળનાર પુરુષની ગેરહાજરીમાં મા બીજાનું દળીભરડીને તથા બીજું ગમે  
તેવું અ.કરૂં વૈતરૂં કરીને પણ પ્યાર તથા મમતાથી પોતીકાં બચ્ચાનું  
પેટ ભરેછે.

કાંઈ સારી ને સ્વદિષ્ટ યીજ ખાવાને મળેલી હોય તો તેમાંથી  
ઘણીવાર પોતે કાંઈપણ ન ખાતાં તે બધી પોતાના પ્યારા બાળકને  
આપીને તેને સતોપેછે. ધરમાં પૂરતું ખાવાનું કદી ન મળે તો પોતે  
થોડીઘણી બૂખ પણ વેડેછે, તેમજ બીજી ઘણી રીતે કષ્ટ બોગવીને  
અને વિપત્તિ વેડીને પણ પોતાના પ્રાણ સમાન સંતાનને સંતુષ્ટ કરવાને  
સદા પ્રયત્નશીલ રહેછે તથા બનતાંસુધી તે બચ્ચાને કાંઈ રીતે ઉણું  
પડવા દેતી નથી. વસ્તુસ્થિતિ આ પ્રમાણે હોવાથી આપણા દેશમાં  
કાંદોકદમીથી કહેવત ચાલતી આવેછે કે “ ઘોડે ચડતો બાપ મરેજો,

પણ રેડીએ કાંતતી મા મરસો નહીં. ” કેમકે માની જગો ખાલી પડે તો તે બીજા કોઈથી પુરાતી નથી.

બાળકનાં આચરણ અને રીતભાત વગેરેના સંબંધમાં જોઈએ તો તે માટે જેમ માની તેમજ બાપની જવાબદારી અને જોખમદારી લગભગ સરખી ગણાય છે. “ માબાપ તેવાં છેકરાં ” એવી બાપ-જામાં કહેવન ચાલે છે. ઇંગ્લેન્ડમાં પણ એને મળતી કહેવન છે કે “ Like father & mother like son and daughter ” જેવો આહાર તેવો ઓડકાર હોય છે, તે પ્રમાણે જેવાં માબાપ હોય તેવાં તેમનાં સંતાન પણ ધણું કરીને નીવડે છે. માબાપ લાયક હોય તો તેમની પ્રજા પણ લાયક થવાનો ઘણો સંભવ છે. “ મોરનાં ઇંડાંને ચીતરવાં પડતાં નથી. ” સિંહના બચ્ચાં સિંહના જેવાંજ થાય છે. જેવું સૂતર હોય તેવું તેનું કપડું બને છે. બચ્ચાંમાં સારી મનોવૃત્તિ, સુલક્ષણ, તેમજ કામ કરવાની માનસિક તથા શારીરિક શક્તિ હોય છે, તે ઘણું ભાગે તેના માબાપ તરફથી કુદરતી રીતે મળેલા વારસા સરખી હોય છે. વૃક્ષની પરીક્ષા જેમ તેનાં ફળ ઉપરથી થાય છે તેમ માબાપનાં ચાલચલણની તુલના ઘણીવાર તેમની પ્રજા ઉપરથી પણ થઈ શકે છે, કેમકે માતૃપિતાની છાયા જેવી તેમના બાળકપર પડે છે તેવી પરાયા માણસની પડતી નથી. ઘણા પ્રસંગમાં બાળક એ પોતાના માબાપનાં આચરણના આપનાર હોય છે, જેથી કોઈ બાળકના આચાર, વિચાર કે વર્તન ઉપર ટીકા કરવી એ પરોક્ષ રીતે તેના માતૃપિતાપર ટીકા કરવા બરાબર છે.

બાળક ભવિષ્યમાં કોઈપણ પ્રકારનું ઉત્તમ કાર્ય કરી બતાવે તો તેનાં માબાપને પણ થોડે કે વધારે અંશે તેના યસના ભાગીદાર ગણવામાં આવે છે તે આ રીતે:—ઘણા લોકોને ઉપકારક થઈ પડે તેવું કે

સ્વદેશ સેવાનું કંઈપણ સ્તુતિપાત્ર કામ કોઈ મનુષ્ય તરફથી થયેલું પ્રસિદ્ધિમાં આવેછે, ત્યારે જનસમુહ એકે અવાજે ખુશીથી ઉચ્ચરેછે કે “ રંગ છે એની માને, ” અથવા “ ધન્ય છે એના માતપિતાને. ” એ પ્રમાણે તે વખાણવા લાયક કામ કરનાર એકલાનેજ તે કૃત્યનો સંવળો મશ અર્પવાને બદલે તેમાંથી તેની માતાને અથવા માતપિતાને અમુક હિસ્સો વગર માગણીએ લોકો આપોઆપ અર્પેછે તેનું કારણ શું ? કારણ એજ કે જો તેની માએ અથવા માળાપે તેના હૃદયના એવા ઉત્તમ ગુણના અંકુરને નાનપણથી જોઈતું પોપણ આપી પુષ્ટ કર્યું ન હોત તો પરિણામે તેમાંથી તેવું ઉત્તમ ફળ નીપજવાનો સંભવ રહેત નહીં.

ઇંગ્રેજ બાળકો હિન્દી બાળકો કરતાં સામાન્ય રીતે જોતાં વિશેષ બુદ્ધિશાળી તથા ચાલાક જોવામાં આવેછે તે તેમનાં કેળવાએલાં માળાપ તથા આસપાસના ઉત્તમ વાતાવરણનો પ્રતાપ સમજવો.

“ થોરે કેળાં ને આંખે લીંબોળી. ” એવી લોકોક્તિ કોઈ વખત સંભળાયછે. કાદવમાં કમળ થાયછે, તેમ ક્યયિત કોઈ મૂર્ખ માળાપનાં સંતાન ઘણાં ડાહ્યાં થાયછે; એ રીતે નાસ્તિકનાં આસ્તિક, જૂઠ્ઠાનાં સાચાં, દુરુણીનાં સદ્ગુણી, અભિમાનીનાં નિરભિમાની, અવિવેકીનાં વિવેકી અથવા કૃપણનાં સંતાન ઉદાર પણ થાયછે. મહાત્મા કબીરને માટે એવું કહેવાએલું છે કે—“ મા તર્કડી, બાપ જુલૈયા, પુત્ર ભયે બ્રહ્મજાની હો. ” પરંતુ એવાં ઉદાહરણ માત્ર અપવાદ તરીકે હોયછે. સામાન્ય રીતે જોતાં તે પ્રમાણે બહુ થોડું બનેછે, તેથી તે ઉપર બહુ આધાર રાખવા સરખું નથી.”

ખીજી બાજુ દ્રષ્ટિપાત કરીએ તો કેટલાંક બુદ્ધિશાળી અને સ્વ-પરાક્રમી માળાપનાં સંતાન તેમનાથી સવાઈ કરે તેવાં તો શું પરંતુ



તેમના સરખાં પણ થતાં નથી. “હીવા ખાજી અંધાર.” એ કહેવત પ્રમાણે તેઓ નિર્માલ્ય અને મીઠાં વિનાનાં નીવડે છે, મતલબ મોટાં માણસની પાછળ મોટાં મીઠાં થાય છે. પોતાનાં સારાં કૃત્યથી માખાપનું નામ રાખે તેવાં થતાં નથી, પણ પોતાનું નામ બોળે તેવાં અને માખાપનાં નામને નામોશી લગાડે તેવાં થાય છે. કેટલાક દીકરાઓ ફાંકડા અને ફફડંડ થઈને છેલ્લપટાઉની પેઠે ફરે છે, અને મોજશોખ કર્યા કરે છે, એટલે લોકો “બડે બાપકે પુત” કહીને તેમનું હાસ્ય કરે છે. આવાં દ્રષ્ટાંત અપવાદ તરીકે ધણાં મળે છે.

## કેળવણી.

કેળવણી એ સર્વે સુધારાનું મૂળ છે. પ્રત્યેક પ્રકારના સદ્ગુણ અને શોધની કુચી છે. કેળવણી એ ઉત્તમોત્તમ ફળને અર્પનારી દેવી છે. કેળવણી એ એક વ્યક્તિ, એક કુટુંબ, ગામ, કે એક દેશનું જ નહીં, પણ તે દુનિયાનાં સમગ્ર મનુષ્યનું કલ્યાણ કરી શકે છે. કેળવણીનું મહત્ત્વ જેવું તેવું નથી. તેનો અર્થ ધણોજ વિસ્તૃત છે, પણ ઘણા માણસો તેનો અર્થ બહુજ સાંકડી હદમાં કરે છે. કેળવણી શબ્દનો અર્થ દુકામાં કહીએ તો બાળકોને સારી રીતે ઉછેરવાં માટે તેમની શારીરિક, માનસિક તથા આત્મિક શક્તિઓને તે જેટલી ખીલવી શકાય તેટલી ખીલવવી, તેમની ચાલચલગત સુધારવી, તેમને સારી રીતભાત શીખવીને સદ્વર્તનશાળી કરવાં તેમજ તેમને વિજ્ઞાનમાં આગળ વધારવાં એટલો કરી શકાય; પણ એ શક્તિઓને જો બચપણથી કેળવવામાં આવે તોજ કેળવાય છે. પાકી ઉમર થઇ ગયા પછી જો તેને કેળવવાનો પ્રારંભ કરે તો તેનો વિકાસ થઇ શકતો નથી.

બાળકમાં અવલોકનશક્તિ, કલ્પનાશક્તિ, કારણશક્તિ, વિચાર શક્તિ, સ્મરણશક્તિ, તર્કશક્તિ, ઇચ્છાશક્તિ, તોલનશક્તિ, ધ્યાનશક્તિ, અને મહત્ત્વશક્તિ વગેરે શક્તિઓનાં બીજ હોય તેને કામે લગાડીને-કસીને તેનો જેટલો બને તેટલો વિકાસ કરવો કે જેથી તરેહ તરેહની બાબતોનું જ્ઞાન મેળવવાની તેમની જિજ્ઞાસા સતેજ થતી બધ તેનું નામ કેળવણી. સારી વૃત્તિ અને કામજા લાગણીઓને ખીલવવી એ હૃદયની કેળવણી છે. હૃદયને કેળવ્યાથી આચાર સુધરે છે. બાળકને હૃદયની કેળવણી આપવાની પોતાની ખાસ ને મુખ્ય ફરજ છે એવું ચોક્કસ માખાપ સમજતાં જણાય છે.

કેળવણી સહકમતા સંપાદન કરવાનું તથા બુદ્ધિને સ્ફૂટ કરવા વગેરેનું મુખ્ય સાધન છે, પણ સામાન્ય નજરે જોઈએ તો આજકાલ તેને માત્ર આર્થિક સ્થિતિ સુધારવાના સાધનરૂપ સમજવામાં આવે છે, તેથી કોઈ પણ નોકરી ધધાને માટે લાપકાત મળે તેટલા પૂરતું ભાવજ્ઞાન ને બુધ્ધિબળ મેળવવાની તજવીજ કરવામાં આવે છે. પોતાના બાળકને શાળાની પરીક્ષામાં પાસ કરાવવાના હેતુથી લલાવનાર માયાપ હિન્દમાં પાર વગરનાં છે, પણ ખાસ રીતે તેમનાં ચારિત્ર સુધારવા માટે લલાવનાર માયાપની સંખ્યા અતિશય જૂજ જોવામાં આવે છે. આવા પ્રકારની પરિસ્થિતિ ચાલતી હોવાથી હિન્દી યુવાનોમાં સ્વતંત્ર વિચાર કરવાવાળા, સ્વતંત્ર લેખ લખવાવાળા, નવીન ને ઉપયોગી હુન્નરકળાના શોધવાવાળા, લોકમતને સારી રીતે કેળવવાવાળા, સ્વદેશોત્કર્ષને માટે પોતાનાં તન, મન ને ધન અર્પણ કરે તેવા ઉત્તમ ચારિત્રવાળા હિન્દની આશરે ત્રીશ કરોડ માણસની વસ્તીમાં કેટલા જૂજ જલુ હશે તે વિષે વિચાર કરવાથી સ્પષ્ટ સમજશે.

બુદ્ધિ એ એક શક્તિ છે અને એ શક્તિનો ઉપયોગ જેમ સારા કામમાં તેમજ નરતા કામમાં પણ થઈ શકે છે; એટલે જે બુધ્ધિવાળો હોય તે નીતિવાળો પણ હોવો જોઈએ એવો કોઈ મેળ નથી. બુદ્ધિ પણ બધામાં સરખી હોતી નથી. કોઈ સાધારણ બુધ્ધિનાં, કોઈ અસાધારણ બુધ્ધિનાં, તો કોઈ છેક મંદ બુદ્ધિના પણ હોય છે, તેથી “બુદ્ધિ કોઈના બાપની નથી.” એવી લોકોક્તિ ચાલે છે. દુનિયામાં કોઈ પણ એ વ્યક્તિની બુદ્ધિ, વિચાર, વલણ, ચહેરા, ગુણ, સ્વભાવ પ્રકૃતિ તેમજ હસ્તાક્ષર એક સરખાં હોતાં નથી એ કુદરતની સાનંદાશ્ચર્ય પામવા સરખી ખૂબી છે. બુધ્ધિની શક્તિઓ ક્રમસર અને ધીમે ધીમે ખીલે તેજ પસંદ કરવાલાયક છે. જેમની બુધ્ધિ નાનપણમાં—અકળે વધારે પડતી પરિપકવ થાય તો તેનું ઘણી વાર અનિષ્ટ પરિણામ

આવેછે. અત્રંકાર શાસ્ત્રવેત્તા હરમોજેનિસ પંદર વરસની ઉંમરમાં રા-  
મનગરમાં ગ્રીક ભાષામાં ચિત્તાકર્ષક ભાષણો આપતો હતો તે પોતાની  
વીશ વર્ષની વયે દીવાનો થઇ ગયો હતો.

અચ્યુ આ દુનિયામાં પહેલો દમ લેછે ત્યારથીજ તેની કેળવણીનું  
મૂળ મંડાલ થાયછે, તથા તે છેલ્લો દમ ખેંચે ત્યાં સુધી એ કેળવણીનું  
કામ નિરંતર ચાલ્યા કરેછે. માલુસ હજારો વર્ષનું આયુષ્ય ભોગવે  
તોપણ કેળવણીની પૂર્ણાકૃતિ થઇ શકે નહીં. બાળક જેટલો વખત જી-  
વત રહે તે વખતમાં તે જે કાંઇ જુએ, સાંભળે, અનુભવે, તેમાંથી કાંઇ  
પણ સાઈ નરસું તે શીખ્યાજ કરેછે. બાળકને જ્યારે નિશાળે ખે-  
સાડવામાં આવેછે, ત્યારેજ તેની કેળવણી શરૂ થાયછે, એવું માનનારા  
ગંભીર ભૂલ કરેછે. વાંચવું, લખવું અને હિસાબ ગણવા એ કેળ-  
વણીનો એક ભાગ છે ખરો, પરંતુ તેનેજ કદત કેળવણી કહેવાય, અને  
બીજા કશાનો કેળવણીમાં સમાવેશ થતો નથી એમ કોઈએ અને કદાએ  
ધારવું જોઈતું નથી. કેળવણી શબ્દ જાણે ધર અને માઆપ વગેરે સાથે  
નહીં, પરંતુ શાળા અને ત્યાંના શિક્ષકો સાથે તાલુકો રાખેછે, એવી  
કેટલાંક માઆપની તથા બીજા સામાન્ય લોકોની સમજણ છે. સચળી  
જનની અને સંપૂર્ણ કેળવણી નિશાળના ચાર ખૂણા વચ્ચે ગમે તેટલો  
વખત વ્યતિત કરવામાં આવે તોપણ મળી શકે નહીં. એમ જનાં  
સામાન્ય લોકો તો નિશાળનેજ કેળવણીનું મુખ્ય ધામ ગણેછે !

વિધવિધ પ્રકારની કેળવણી ઘર જેટલી બીજી કોઈ પણ નિશાળ  
કે કોલેજમાંથી મળી શકતી નથી. કેળવણી આપવાનું કામ મુખ્યત્વે કરીને  
માઆપનુંજ છે. ઘણામાં ઘણી ને સારામાં સારી કેળવણી સુશિક્ષિત  
માઆપ આપી શકે.

જેમ વખત અને સમુદ્રનાં મોજાં કોઈને મારે રાહ જોઈને થા-  
ભતાં નથી, તે પ્રમાણે કેળવણી પણ માઆપ પોતાનાં બાળકને નિશાળે

એસાડે ત્યાં સુધી પોતાનું કાર્ય મુલતવી રાખતી નથી. અચ્ચાના જન્મની સાથે તેની કેળવણીનો પણ જન્મ થાયછે.

અત્યારે જ્યાં જુઓ ત્યાં કેળવણી શબ્દ ગાથ રહ્યોછે, પણ તે તેના જોઈએ તેવા ખરા અર્થમાં અને ખરા સ્વરૂપમાં ગાજતો જણાતો નથી. ખરેખરી અને મોટા વિસ્તારમાં જે કેળવણી ક્યાંઈ મળતી હોય તો તે શાળા અને કોલેજોમાંજ મળેછે, એવી લોકોની સામાન્ય માન્યતા હોવાથી એવા ખાતા એકલાનેજ કેળવણીખાતું એવું નામ લાલના વખતમાં રાજા પ્રજા તરફથી આપવામાં આવ્યુંછે, પણ વાસ્તવિક જોઈએ તો પ્રત્યેક ઘર એ પ્રથમારંભનું કેળવણી ખાતું છે. તેમ દરેક મહોલ્લો, પ્રત્યેક પ્રકારનું હુન્નર ઉદ્યોગનું કારખાનું, દરેક કચેરી, રાજદરબાર, બજાર, જૂદી જૂદી જાતનાં સંપ્રદેશાન, સંસ્થા, સાગર, પર્વત, જંગલ, અખાડો ઇત્યાદિ ઇત્યાદિ નાનાં મોટાં કેળવણી ખાતાં છે, અર્થાત્ કેળવણી ખાતા પાર વગરનાં છે. આ દુનિયાં પણ એક જગરદસ્ત અને વિશાળમાં વિશાળ કેળવણી ખાતું છે, કે જેમાંથી લિન્ન લિન્ન પ્રકારની કેળવણી પ્રાપ્ત થઈ શકેછે.

આપણા દેશમાં કેળવણીનો શબ્દ સેંકડો વર્ષ થયાં જે બોલાતો આવતો હોય તો તે “**ઘઉંની કણકને જેમ કેળવીએ તેમ કેળવાય.**” એ પ્રમાણેની કહેવતમાં બોલાયછે. માળાપે બાળકને કેળવવાં, સાસુએ વડુને કેળવવી, ઉપરીએ તાબાનાં માણસોને કેળવવાં, માળીએ પોતાની વાટિકાના છોડ અને વેલા વગેરેને કેળવવાં એમ કહેવાયછે. ખેતરમાં પાક સારો થાય એમ કરવું એ પણ કેળવણી છે, ખોરાકની ચીજોને પકવીને તેને ખૂબ સ્વાદિષ્ટ ને પોષણકારક બનાવવી તે પણ કેળવણી છે. કેળવણી કાંઈ એક જાતની હોતી નથી. સેંકડો જાતની હોયછે.

કેળવણીની અસર માત્ર માણસો ઉપરજ થાયછે એમ નથી,

પક્ષીઓ અને પશુઓને પણ યોગ્ય શિક્ષણ આપ્યાથી તે પણ તેમની બુદ્ધિ પ્રમાણે કેટલુંક શીખી શકે છે. પોપટને બોલતાં શીખવ્યાથી તે માણસના જેવા કેટલાક શબ્દો બોલતાં શીખે છે, તેમજ બંદુક ફાડવા વગેરેનું કામ પણ કરી શકે છે, તેમજ ઘટતી તાલીમ આપ્યાથી ઘોડા, ગધેડા, બળદ, ઉંટ, હાથી અને કૂતરાં વગેરે માણસની સેવાને માટે ઉપયોગી થઈ શકે છે.

જંગલીમાં જંગલી ને ફાડી ખાનારાં કૂર જનાવરોને પણ યોગ્ય રીતે કેળવણી આપ્યાથી તે માણસો વગેરે સાથે કેવાં હળી જાય છે, તેમજ હેરત પામવા સરખા જાતજાતના ખેલ કરી બતાવે છે તેનો આશ્ચર્યજનક ચિતાર ‘સરકસ’ માં પ્રેક્ષકો સમક્ષ ખડો થાય છે. કેળવણીના અભાવે મનુષ્ય પ્રાણી પણ જંગલી પશુ સરખું રહે છે, તથા તેની કેટલીક શક્તિઓ ગુપ્ત રહી જાય છે તો કેટલીકનો ખીલકણ ઉપયોગ ન થવાથી નષ્ટ પણ થઈ જાય છે. કેળવણીના પ્રભાવે વિકાસ પ્રાણીઓનું હેવાનીયતપણું નાબુદ થતાં તે ઉત્તમપણું પામીને ઘણો સારો દેખાવ કરી શકે છે. મનુષ્યને પોતાનું મનુષ્યપણું કેળવણીથીજ પ્રાપ્ત થાય છે. આત્મિક શક્તિઓ પણ કેળવણીથીજ ઉન્નત થઈ શકે છે. આપણા સુપ્રસિદ્ધ સ્વદેશ ભક્ત દાદાભાઈ નવરોજીએ એક પ્રસંગે કહેલું છે કે “હું માનું છું કે દરેક બાળક ભલે તે ગરીબ હો, અથવા તો રૂપાને ધુધરે રમતો હો, પણ તે પ્રત્યેકને તે જોડેલી કેળવણી લેઈ શકે તેટલી લેવાનો પ્રસંગ મળવો જોઈએ.”

**“વિદ્યા વીહીન શુઃ”** આકાર માણસનો પણ સ્થિતિ પશુના સરખી મૂળ હોય છે એવા માણસપર બુદ્ધિનો ઘણો સારો પ્રકાશ પાડી તેની જીંદગીનું સ્વરૂપ સારા આકારમાં બદલીને તેને માણસની ઓળમાં કેળવણીજ લાવી શકે છે. કેળવણીથીજ માણસની કિંમત થાય છે. દુનિયામાં આખા દેશ થવું અને આગળ શી રીતે વધવું

તે કેળવણીથીજ શીખાય છે. કુદરતનું મહત્વ પણ કેળવણીથી જ બરાબર સમજાય છે. ભૂત, વર્તમાન અને ભવિષ્ય એ ત્રણે ઢાળ તરફ કેળવા-એલા મનુષ્ય દ્રષ્ટિપાત કરી શકે છે. વગર કેળવાએલા અને આંધળામાં થોડાજ તકાવત છે, કેમકે તે બન્નેને દુનિયાનો ખ્યાલ નહીં સરખો હોય છે.

કેળવણી એ છોકરીનો છોકરો કે ગંધડાનો પોટો બનાવી શકતી નથી, તેમજ તે માણસના તન, મન કે બુદ્ધિમાં કોઈપણ તદ્દન નવીજ શક્તિ પેદા કરી શકતી નથી, પરંતુ તેમાં જે દ્રશ્ય અને શુભ્તપણે જૂદા જૂદા પ્રકારની શક્તિઓનાં બીજ રહેલાં હોય તે શક્તિઓને ધીમે ધીમે ક્રમસર ખીલવીને આગળ પાડવી, તેનો જેટલો અને તેટલો વિકાસ કરવો એ કામ કેળવણી કરી બતાવે છે. માણસ શારીરિક તથા માનસિક શક્તિમાં તથા સહૃદયતામાં તેમજ નૈતિક અને ધાર્મિક સ્થિતિમાં જેટલું ઉન્નત થઈ શકે તેટલું તેને ઉન્નત કરવું, તેમજ એક મનુષ્ય તરફ તેનાં અનેક પ્રકારની જે પવિત્ર ફરજો રહેલી છે, તે તેને સારી રીતે સમજાવવી તથા તે ઉત્તમ ચારિત્રવાન થાય તેવી ભાવના તેના અંતઃકરણમાં ઉત્પન્ન કરવી એ કેળવણીનો ઇષ્ટાર્થ છે. જે કેળવણી માત્ર બુદ્ધિનોજ વિકાસ કરે પણ તેથી જે ધાર્મિક, સામાજિક તથા નૈતિક ઉન્નતિમાં આગળ વધી શકાય નહીં તે તે વાસ્તવિક કેળવણી કહેવાય નહીં. જે બરાબર સહયુક્તી તથા સત્યપ્રિય થાય નહીં તેમજ પોતાની ઉત્તમ શક્તિઓના ઉપયોગ પોતાના તથા બીજાઓનાં કલ્યાણ માટે કરે નહીં તેને ખરો કેળવાએલો કહેવાય નહીં.

હાથ કેળવવા હોય તો હાથને કસરત આપવી જોઈએ. શરીરને કેળવવું હોય તો શરીરને કસરત આપવી જોઈએ. આંગડાનાં શરીરનો બાંધો કદાવર ને મજબૂત થાય એવી કેળવણીની ઘણી આવશ્યકતા છે. આ દેશની હાલની પ્રજાના બાંધો અગાઉના સમયના ચુકાબલે કેટલાબધા નબળા પડી ગયેલા છે તે બ્હાનપૂર્વક જેઓ જેતાં તેમજ વિચારતાં

હશે તેઓ ઉપરના વિચારને સંમત થયા વિના નહીં રહે. કોઈ પણ દેશને સુદૃઢ ને કસાએલા બાંધવાળી પ્રજાની ધણી જરૂર રહેલી હોય છે. અમેરિકાની એક મંડળીના મત મુજબ જોઈએ તો “ નિર્બળ રહેવું એ એક દુર્ગુણ છે.”

બાળકોને માનસિક ગમે તેટલી કેળવણી આપવામાં આવી હોય, પરંતુ તેમનાં શરીર જે કસરતથી બરાબર કસાએલાં નહીં હોય તો તેઓ સંપૂર્ણ કેળવાએલા છે એમ અસલના ગ્રીક અને રોમન લોકો ગણતા નહીં.

કેળવાએલી આંખ, કેળવાએલ કાન, કેળવાએલ નાક, કેળવાએલ હાથ અને કેળવાએલ પગ વગેરે ધણી સારી રીતે પોતપોતાનું કામ કરી શકે છે.

**કન્યા કેળવણી**—કન્યાઓને કેળવ્યાથી તે વાંઝણી રહે છે, એવા બહેમને તો જમાનાએ હવે દૂર કર્યો છે, અને દીકરીઓએ ભણીને શું કરવું છે ? તેને ક્યાં વેપાર શોજગાર કરવો છે કે તોકરી ચાકરી કરવા જવું છે, એવા સવાલની સંખ્યા દિનપરદિન ઘટવા માંડી છે.

કન્યાઓને કેળવણી આપવી એ તેના પતિ તથા પ્રજાનાં સુખ સગવડનાં કામમાં ફાળો આપવા સરખું છે. સારી રીતે કેળવાયાથી તે પોતાની ફરજ બરાબર સમજશે, તથા પોતાનું કામ સતોષકારક રીતે કરી શકશે. વળી કન્યાની કેળવણીમાં કુટુંબનાં બીજાં માણસોનો પણ સ્વાર્થ સમાએલો છે. કન્યાઓને યોગ્ય શિક્ષણ ન આપતાં જે અજ્ઞાન રાખવામાં આવશે તો તે તેના કર્તવ્યકર્મમાં પછાત રહેશે એમ હવે કેટલેક ઠેકાણે મનાવા લાગ્યું છે. તે ધર્મપરાયણ, પતિપરાયણ થાય, પોતાની ફરજોનું તેને ભાન થાય તથા તેને અનુસરીને તે પોતાનું વર્તન રાખે, કળવકળથી ધરતો કારભાર ચલાવે એવી કેળવણી તેમને મળવાની હવે જરૂર જણાવા માંડી છે, તોપણ હજી છોકરાઓની સંખ્યાના પ્રમાણમાં બહુજ ઓછી સંખ્યાની છોકરીઓને કેળવણી આપવામાં આવે છે. જે વાસ્તવિક જોઈએ તો જેમ છોકરા તેમજ છોકરીઓને કેળવણી લેવાનો સરખો હક છે, અને જે વધારે ઉંડા



ઉત્તરીને જોઈએ તો છોકરા કરતાં છોકરીઓને કેળવણી આપવાની વધારે આવશ્યકતા રહેલી છે, કેમકે તે ભવિષ્યમાં માતાનું પદ પ્રાપ્ત કરે ત્યારે તેના સંતાનની સર્વોત્તમ શિક્ષક થઈ શકે, કેળવણીનો સંગીન પાયો નાંખી શકે તથા પોતાની પ્રજાનું તેમજ દેશની પ્રજાનું ભવિષ્ય સારી રીતે સુધારી શકે તેવી તેને તક મળે; પરંતુ સામાન્ય રીતે જોઈએ તો એ સંબંધમાં કમજ ઉંઘો ચાલ્યો આવે છે. પુરુષે પોતાની જાતિ છોકરાને ભણાવવા અને છોકરીઓને ન ભણાવવી એ જાહેર પક્ષપાત છે, અને એવા પક્ષપાતને પરિણામે છોકરીઓને નાનપણમાં તેમનાં માબાપ તરફથી યોગ્ય કેળવણી મળી શકતી નથી.

બાળા સદા બાળાની સ્થિતિમાં રહેતી નથી. વય વધતાં તેની સ્થિતિ બદલાય છે, અને તે એક ગૃહિણી થાય છે. પછી આવતા જમાનાની પ્રજાને જન્મ આપનારી માતા તથા તેની પાળક ને પોષક થાય છે. સ્ત્રી જાતિને જગત્જનની કહેવામાં આવે છે. આખું જગત્ તેનાથીજ ઉત્પન્ન થયેલું છે. સંસાર સ્વર્ગ જેવો સુખદાયક થવો કે નરક જેવો દુઃખપ્રદ નીપજવો તેનો આધાર કન્યા કેળવણી ઉપરજ છે. એક કન્યાને કેળવ્યાથી તેનું ભવિષ્યનું કુટુંબ કેળવાય છે. જીવસ સીમનના કહેવા મુજબ “જો એક સ્ત્રીને જોઈએ તેવી કેળવણી આપવામાં આવે તો એમ સમજવું કે એક શાળા સ્થપાઈ ચૂકી.”

કન્યાઓને યોગ્ય રીતે કેળવવામાં આવે તો ભવિષ્યમાં દેશ સારી રીતે આબાદ થાય તેમજ બીજા અનેક પ્રકારની સુધારણા થવાના પ્રસંગ પ્રાપ્ત થયા વિના રહે નહીં, જેથી તેમને કેળવીને લાયક કરવી એ સ્વદેશાન્નતિની વૃદ્ધિ કરવા બરાબર છે. પુરુષો એકલા ગમે તેટલા કેળવાએલા હોય, પરંતુ જેમ એક પૈડાથી ગાડું ચાલતું નથી, એક હાથે તાળી પડતી નથી અને એક પાંખથી પંખી ઉડી શકતું નથી, તેમ કેળવણી પામેલી સ્ત્રીઓની મદદને અભાવે સંપૂર્ણ સુધારો એકલા પુરુષોથી કદી પણ થઈ શકતો નથી.

“એક માતા સો શિક્ષકની મરજ સારેછે.” એ કહેવત જોતાં પણ દીકરા કરતાં દીકરીઓની કેળવણીનો સવાલ વિશેષ અગત્ય ધરાવે છે, કેમકે માતા જો બરાબર કેળવાએલી હોય તોજ તેના સંતાનની કેળવણીમાં તે સારી રીતે સહાયજૂત થઈ શકેછે. કેળવવાનું કામ બાપ કરતાં માને હિસ્સે કુદરતી રીતે વધારે આવેછે. સુશિક્ષિત માતા પોતાના બાળકપર નાનપણથી અનેક પ્રકારના સહયુજ અને સુનીતિ અને સારી રીતભાત વગેરેની જે છાપ પાડેછે તે તેની જીંદગીપર્યંત આબાદ ટકવાનો સંભવ છે.

સ્ત્રી એ પોતાના પતિની સલાહકાર-મદદગાર સાથી છે. તે જો સારી કેળવાએલી હોય તો સંસાર વ્યાવહાર વગેરેનો પુરુષ ઉપરનો બોજ અરધો-અરધ ઓછો થઈ જાયછે, માટે બાળાઓને નિશાળે મોકલવાની કામપણ કારણથી પ્રતિકુળતા હોય તો પછી તેમને ઘેર લણાવવી જોઈએ.

પુરુષ કરતાં સ્ત્રીમાં દયાલાવ, નરમાસપણું, કામળપણું, પ્રીતિલાવ ને લાગણી વિશેષ હોયછે, પણ મગજ પુરુષના કરતાં નાનું ને ઊતરતી જતનું હોયછે, તેમજ શારીરિક બાંધામાં પુરુષના પ્રમાણમાં તે નબળી હોવાથી હિમત અને સાહસ વગેરેનાં કામો કરવાને પુરુષ વર્ગની બરાબરી કરી શકે તેવો જુસ્સો તેનામાં લાગ્યેજ હોયછે; વળી સંસાર વ્યાવહારમાં પણ તેની સ્થિતિ પુરુષના કરતાં કેટલીક બાબતોમાં જૂદી જતની હોયછે, જ્યારે પુરુષ વર્ગમાં સામાન્ય રીતે જોતાં બુધ્ધિના ગુણ અને વ્યાપાર, વિચારશક્તિ, તનનો બાંધો, બળ, હિંમત, શારીરિક ને માનસિક કામો કરવાનું સામર્થ્ય, મોટું અને સારી જતનું મગજ અને મરદાનગીનો ખવાસ વધારે જોવામાં આવેછે, તે નજરમાં રાખી અને બાળાઓની પરિસ્થિતિ તથા કર્તવ્યકર્મ બરાબર ધ્યાનમાં લેઈ તેને સાનુકુળ થાય તેવાં લણવાનાં ધોરણો તેને માટે જૂદી જતનાં કરવાં જોઈએ તેમજ સ્કૂલ કે કોલેજમાં છોકરાઓની સાથેજ એસાડીને કેળવણી આપવા કરતાં તેને માટે જૂદી શાળાઓ બનાવી તેમાં તેને કેળવવી એ પસંદ કરવા લાયક છે.

## કન્યાઓને ધરગથુ કામોની કેળવણી.

ધરની અંદર વ્યવસ્થા કેવી કરવી, મકાન કેવી રીતે સ્વચ્છ રાખવું ને શણગારવું, ધરખરચનો હિસાબ કેવી રીતે રાખવો, કરકસરથી ધરનો વહીવટ શી રીતે ચલાવવો તે કન્યાઓએ ખાસ શીખવું જોઈએ, તે સિવાય ઝબલાં, કાંચળી, ચોળી અને ચરણીઆ વગેરે કપડાં વેતરવાનું તથા તે શીવવાનું, ખીંચી ગુંથવા ભરવાનું, કપડાં ધોવાં વીંછવાનું, માંદાની માવજત કરવાનું, બાળકોને સંભાળથી ઉછેરવાનું અને રસોઈ પાણીનું, એ વગેરે સ્ત્રી જાતિને જાજતાં કામ તેમણે જાણવાં જોઈએ. પોતાના કૂળધંધાની પણ તેને થોડી ધણી તાલીમ મળવી જોઈએ કે જેથી તે ભવિષ્યમાં પોતાનાં પતિ અને પુત્રને તેમાં મદદ આપી ઉપયોગી થઈ શકે. સુધારામાં આગળ વધેલા લોકોમાં દીકરીઓને ચિત્રકળા અને ગાયનકળા પણ શીખવવામાં આવે છે.

રસોઈ પાણીપર કુટુંબની દરેક વ્યક્તિની સુખાકારીનો મોટો આધાર છે. સારી રસોઈ કરતાં શીખવું એ પણ એક કિંમતી હુન્નર હાથ કર્યા બરાબર છે. અમુક અમુક કન્યાઓને પોતાના પિતા તથા પતિને ઘેર હાથે રાંધવું પડે તેવી સ્થિતિ ન હોય તોપણ એ કળાથી તેને બેનસિય રાખવી જોઈતી નથી. એ કળા એવી છે કે તે કદી પણ કામ આવવાનીજ. જેમ દીકરીને તેમજ દીકરાને પણ એ હુન્નર શીખવાની તક મળવી જોઈએ, કે જેથી તે તેમને કોઈ કોઈ પ્રસંગે બહુ ઉપયોગી થઈ પડે, અને કોઈના આશિર્વાદો થવું પડે નહીં.

રસોઈનું કામ અભ્યાસ અને અકલ્પથી સારું આવડે છે. તેની સામગ્રી તથા સાહિત્ય એકજ જાતનાં હોય છતાં જૂદાજૂદા માણસની રસોઈના સ્વાદમાં તફાવત પડે છે. એકની રસોઈ બહુ સ્વાદથી જમાપડે ત્યારે બીજાની રસોઈ જમતાં થોડાં બૂખ્યાં ઉડી જવું પડે છે, એવા

અનુભવ ધણાઓને થયા વગર રહ્યો નહીં હોય. ખોરાકનો આધાર તેને સારી રીતે પકવવા ઉપર છે. કેટલીક ચીજો ભાવમાં ઘણી સસ્તી હોયછે, છતાં તે ઘણી પૌષ્ટિક હોયછે.

એક રાંધનાર ધાન્યને ધૂળ સરખું ખેસ્વાદ કરી નાખેછે, તો કેટલાંક રાંધનાર ધૂળ જેવાં એટલે હલકી જાતનાં અનાજને પણ એવી સારી રીતે પકવેછે કે તે સ્વાદિષ્ટ થાયછે. અક્કલ અને આવડતની ખામી હોય તો કેટલાંક માણસો પોતાની આખી ઉમર રાંધવામાં ગાળેછે, તોપણ તેઓ લેહેજત આવે તેવી રસોઇ કરી શકતાં નથી.

આજકાલ કેટલાક શ્રીમંત અને મોટા ઓહહેદાર લોકોમાં પોતાનાં ઘરનાં ઔરંઓએ જાતે રસોઇ કરવી એ કામ હલકું ગણાવા લાગ્યું એટલે તેમને ઘેર રસોયા રખાવા લાગ્યા. કુવા કે ટાંકા વગેરેમાંથી પાણી ભરી લાવવાનું કામ ઉતરતી જાતનું ગણાવા લાગ્યું તેથી ‘રાવ’ કે ‘પટેલ’ ને શેકવા માંડ્યા. દળવાનું કામ કંગાળ રાંડીરડિતું ગણાવા લાગ્યું એટલે ઘરમાંથી ઘંટીઓને દેશવટે આપી હલકા વર્ગની દળનારીઓને એ કામ અપાવા લાગ્યું, અથવા મીલમાં દળાએલ ગમે તેવા આટાથી ચલાવવા લાગ્યા. કપડાં લૂતાં ઘેર ધોવાનું કામ ઉતરતા પ્રકારનું સમજાવા લાગ્યું એટલે ધોળણોનો ધંધો ધમધોકાર જાગ્યો, અને થોડું ધણું કૂએડપણું પણ ઘરમાં પેડું ! વલોણું કરવું એ મહા મહેનતવાળું લાગ્યું તેથી કાપર થઇને દોર હાંખરને ઘરમાંથી હાંકી કાઢ્યાં ને બે ચાર પૈસાની ગાય લેંસ રખાવા માંડી ! ઘરમાં ખાયણીઓ રાખી ખાંડવાનું કામ ખરાબ લાગ્યું એટલે ઉંચી કમોદના ત્રણ પંખડીના ને સુગંધી ચોખાને બદલે બીજા મુલકના જેવા મળે તેવા તૈયાર ચોખાથી ચલાવી લેવા માંડ્યું.

એ પ્રમાણે અગાઉ ઘરમાં ઔરાં અને બાળાઓને ઘરગથુ કામકાજ મળતાં અને તેમનાં શરીર તેથી કસાતાં હતાં તે ક્રમ બંધ પડ્યો, અને તેની

અવજીમાં તનને જોઈતી કસરત મળે તેવાં બીજાં ઘરસંસારી કામો દા-  
ખલ થઈ શક્યાં નથી એ પણ સ્ત્રીઓના નબળા બાંધાનું એક મુખ્ય કારણ  
ઉત્પન્ન થયું છે, તથા શારીરિક સુખાકારી મેળવવાના અને તે સાચવવાનાં દ્વાર  
એવી રીતે બંધ થઈ પડ્યાં છે. વાસણો માંજવાં, બચ્ચાંને તેડવાં ને રમાડવાં ને  
પાણીનો લોટો ભરીને પાવાનું કામ પણ કોઈ કોઈ ઠેકાણે ચાકર પાસે લેવામાં  
આવે છે, એટલે ઘરનાં બેરાં નવરાધૂપ જેવાં થઈ પડ્યાં છે. તેમને કામમાં  
કામ પગપર પગ ચડાવીને બેસવું, પાનપટ્ટી ખાવી, ને જેની તેની ગમે  
તેવી કૂચલી કરવી, ગપાટા મારવા અને બહુ તો નવલકથાની કોઈ ચોપડી  
વાંચવી કે ગળપટા વગેરે કાંઈ શોખની ખાતર ગુંથવું એવું રહેલું છે. સાધારણ  
ટાંકો ટેભો કરવાનું કામ પણ ગાણુ પ્રકારનું માનીને તે પણ ખોટી શરમથી  
તેઓ શીખતાં નથી, તેથી કપડાંનું એકાદ બટન કે બોરીયું વઢી ગયાથી  
તે ટંકાવવા માટે દરજીની દુકાને દોડવું પડે છે, એવી અપંગ સરખી  
સ્થિતિ કોઈ કોઈ મોટાં ગણાતાં ઘરમાં આજે થઈ પડેલી છે !

## કેળવણી આપવામાં કરેલો ખર્ચ નકામો જતો નથી.

સુધરેલા દેશના લોકો પોતાના સંતાનોને કેળવણી આપવા પાછળ  
પુષ્કળ ખર્ચ કરે છે, તે ઉપરથી સ્પષ્ટ જણાય છે કે વિદ્યાની કિંમત  
તેઓ બહુ સારી રીતે સમજે છે.

આપણા લોકો કેળવણીની બહુ કિંમત આંકતા નથી, તેમ તેના  
ઉપર એટલી બધી આસ્થા પણ રાખતા નથી; વળી પોતાનો પુત્ર  
માત્રવાળો થઈ ખૂબ પૈસો પ્રાપ્ત કરે એવો નીવડશે એવી તેમને  
અધ્યા હોતી નથી જેથી તેઓ તેની કેળવણીને અંગે છૂટથી ખર્ચ  
કરતા નથી, પરંતુ કરકસર તથા કંજુસાઈ કરીને તથા પેટ બાળીને  
પણ તેમને માટે પૈસો બચે તેટલો સંઘરી રાખે છે. વાસ્તવિક રીતે

જોઈએ તો બાળકોને કેળવવાં, તેમને સફળતા કરવાં એના સરખો ખીજો કોઈ સ્થાપી ને સર્વોત્તમ વારસો નથી, પણ હજી ઘણાં દેશી માઆપો કેળવણી કરતાં પૈસાનો વારસો પોતાના પુત્રને આપી જવાનું બહેતર માને છે; પછી ભલે તેઓ મોટા થઈને પૈસો ફનાફાતીયા કરી દે, અથવા કોઈ પણ કારણથી તે ફના થઈ જાય અને વિદ્યાધનને અભાવે આર્થિકિકાને માટે ખીજાં કોઈ સાધન વગરના રહી જઈ નફામાં ફાંફાં મારે. આવાં માઆપો પુત્રનાં ખરેખરાં શુભચિંતક નથી પણ મીઠાં શત્રુ છે. કેળવાએલા દીકરા એજ ખરેખરી દોષત છે, પરંતુ ભણી ગણીને તે દડાડો વાળશે એમ તેઓ માનતાં નથી, વળી કેળવણી કરતાં અજ્ઞાનતાનો ખર્ચ પરિણામે ઘણો થાય છે, તેવું તેમને ભાન હોતું નથી. વિદ્યા એજ મોટું ને અપદ ધન છે, એમ તેઓ ગણતાં નથી. માત્ર “ગરથ ગાઠિ” હોય તેમાંજ તેમણે કલ્યાણ માનેલું હોવાથી જર મેળવવામાં તેઓ જેટલી જાગૃતી બતાવે છે તેટલી પોતાના સંતાનને કેળવણી આપવામાં કાળજી બતાવતાં નથી.

પોતાનો પુત્ર પદવી અને પૈસો પામે એવી અનેક માઆપને અહોનિશ અભિલાષા રહે છે, પણ તે નમુનારૂપ નીતિવાળો, કર્તવ્યપરાયણ ને સ્વધર્મનિષ્ઠ થાય એવી આતુરતા તેમનાં અંતઃકરણમાં લાગ્યેજ ઉદ્ભવતી હશે.

પોતાના બાળકને શ્રીમંત જોવાને તેઓ જેટલા ઇન્તેજાર હોય છે, તેટલા તેમને ધીમંત જોવાને ઇન્તેજાર ક્વચિતજ હોય છે. ધનબળ આગળ શુદ્ધિબળની કિંમત તેઓ નહીં સરખી આંકે છે, અને સરીરબળની કિંમતનો તો સવાલજ શા માટે કરવો ?

તેમને લગ્ન પ્રસંગમાં વાખરવાને જીદ્દી મળે, નાત જમણુ કરવા માટે નાણાં જડે, બાઈડી છોકરાને દરદારીનાં કરાવવા માટે દોઢીયાં મળે,

પણ કેળવણી માટે જોઈતો ખર્ચ કરવાનો સવાલ આવે ત્યારે બૂખકું બારસ બની પોતાની અશક્તિ બતાવે એવાં માબાપનો કાંઈ તોટો નથી.

માબાપોએ સમજવું જોઈએ કે પોતાનાં બાળકોને કેળવણી આપવી એ લવિષ્મના સુખનું બીજ વાવવા બરાબર છે. કેળવણી પાછળ ખર્ચ કરવો તેમાં પરિણામે ખોવા કરતાં મેળવવાનું વિશેષ છે. કેળવણી માટે ખર્ચ કરવો એ એક રીતે જોતાં નાણાં વ્યાજે મૂકવા સરખું છે, તેથી તેની પાછળ ખર્ચ કરવામાં પોતાનાં ખીસ્સાં જરા હલકાં કરશે તો પાછળથી તે ગરમાગરમ થવાનો ધણો સંભવ છે ! અર્થાત્ માબાપે બીજી મોજમઝાનો ભોગ આપવો પણ કેળવણીને અંગે કદી કંજુસાઇ કરવી જોઈતી નથી. દોલત કદાપિ ધણી હશે, પણ દીકરા દીકરી જો ખરાબ નીવડશે તો તે દોલત પછી શું કામની ?

માબાપે બાળકને સારી રીતે કેળવવાં એ જેમ પોતાનું, તે બાળકનું તેમ દેશનું પણ લલું કરવા બરાબર છે.



## ધર્મની કેળવણી.

દુનિયાની ખીણ કેટલીક અન્યમખીઓમાં એ પણ એક અન્યમખી છે કે જે યીજ ઉત્તમોત્તમ તથા અતિશય અગત્યની હોય પરંતુ તેથી પ્રત્યક્ષ, તાત્કાલિક કે શેકડો લાભ દેખાતો ન હોય તો તેના પ્રત્યે માણસો સામાન્ય રીતે જોતાં બહુજ ઓછું લક્ષ આપેછે, અથવા તેની બહુ ઓછી દરકાર રાખેછે. એ પ્રમાણે જોતાં ધર્મ પ્રત્યે જેવી લાગણી રહેવી જોઈએ તેવી લાગણી ધણાં માણસોમાં દેખાતી નથી.

ધર્મનો વિષય ધણોજ ઉંચો છે, તેની મર્યાદા ધણી મોટી છે. નીતિનો આધાર, તથા નીતિનું મંડાણ અને સર્વ સદ્ગુણનો પાયો ધર્મ ઉપર છે. ધર્મના અભાવે કોઈ પણ કાળે, કોઈ પણ વ્યક્તિને ઉન્નત દશા પ્રાપ્ત થતી નથી. ધર્મોન્નતિ વિના દેશોન્નતિ કદી થઈ શકતી નથી. મનુષ્યનું મનુષ્યપણું ધર્મથીજ છે. જો ધર્મ નથી તો મનુષ્ય અને પશુમાં તફાવત ગણવા સરખું નથી. આ લોક અને પરલોકમાં પ્રાણીની સાથે ધર્મજ રહેછે. દેહ ક્ષણભંગુર છે. કાળ ક્યારે ઝડપી લેશે તેની કોઈને ખબર નથી.

હૃદયની ઉત્તમમાં ઉત્તમ ખીલવટ ધર્મથીજ થાયછે, તેથી એવી કેળવણીનો આધાર ધર્મ ઉપરજ આવડાંખી રહેલછે. જ્યાં ધર્મ છે, ત્યાંજ પ્રેમ, દયા અને ધૈર્ય છે; સત્ય, સહનશીલતા અને સમાનભાવ પણ ત્યાંજ છે. દુનિયામાં સર્વોત્તમ સુખ ચિત્ત અને હૃદયની શાંતિનું છે, અને તેવું સુખ ધર્મના જ્ઞાન, આશ્રય ને અંતઃકરણની શ્રદ્ધા વિના સંપાદન થઈ શકતું નથી. શ્રદ્ધા વિના ભક્તિ નકામી છે.

સંસારરૂપી રણક્ષેત્રમાં ધર્મ એ ભોમીઆરપે-જ્યોતિરૂપે છે. જ્યાં ધર્મ હોયછે ત્યાંજ જય હોયછે. ધર્મ તથા નીતિને એક ખીજને ધણોજ નિકટનો સંબંધ છે. નીતિની મુદ્દલ અસ્તિ ન હોય ત્યાં ધર્મ



છે એમ કહેવાય નહીં. એક માણસ ધર્મીજી ન હોય એટલે તે નીતિવાળો હોઈ શકેજ નહીં એમ નહીં, પરંતુ જો તે ધર્મીજી હોય તો તે બેશક નીતિવાળો હોવાજ જોઈએ. ધર્મના જ્ઞાનમાં નીતિનો સમાવેશ અંતરબૂત રહેલોછે. ધર્મના શિક્ષણ વિના એકજી નીતિનું શિક્ષણ પાંગળું છે. નીતિના પાયા કરતાં ધર્મનો પાયો વધારે ઉંડો હોયછે. ધર્મની કેળવણીથી નીતિનો પાયો મજબૂત થાયછે. ધર્મ અને નીતિની કેળવણી વગરનું બીજું ગમે તેટલું શિક્ષણ મળે તે અપૂર્ણ ગણાયછે.

ધર્મનું બીજા બાળકના હૃદયમાં ગુપ્ત રીતે રહેલુંછે. તેને પ્રસંગોપાત જ્ઞાનરૂપી જળથી કુમળી વયથીજ પોષણ મળવું જોઈએ, તેમ સમયસર થયા વિના પાછળથી પુખ્ત વયે એ વિષયમાં જોઈએ તેવું સંસ્કારી થવું દુર્ઘટ છે, તેથી એવી સ્થિતિમાં તે નાસ્તિક નીવડે તો તેમાં વિસ્મય થવા જેવું નથી. બાલ્યાવસ્થાથી ધર્મપર અનુરાગ થાય તે અંતર્યર્થ આબાદ રહેછે. બાળકને જો સંસ્કૃત ભાષાનો અભ્યાસ કરાવેલો હોય તો ધર્મનાં પુસ્તકો વાંચવા તેમજ સમજવાની તેમને સહેલાઈ થાયછે.

ધર્મની લાગણી ધાર્મિક કૃત્યો જોઈને ઉદ્ભવેછે. ધર્મ શું ? અધર્મ શું ? પુણ્ય શું ? પાપ શું ? ભક્તિ શું ? સાળન્ય શું ? એક બીજા પ્રત્યેની ફરજ શું ? આપણે કેળવે છીએ, ક્યાં આબાદ છીએ, આખર ક્યાં જવાનું છે ? અહીં રહીએ ત્યાં સુધી જીંદગીનું કેવી રીતે સાકલ્ય કરવાનું છે ? પ્રત્યેક પ્રાણી સાથે કેવી રીતે દયા, ક્ષમા અને પ્રેમભાવથી વર્તવું જોઈએ ? દુનિયાં કેવી ક્ષણિક છે ? માણસના આત્માની મુક્તિ અને પરમપદની પ્રાપ્તિ કેવી રીતે થઈ શકે એવી અનેક બાબતોના સંબંધમાં સત્યનું સંશોધન થઈ પ્રભુને ઓળખી, મન નિષ્પાપ, નિર્મળ ને નિઃશંક થાય, તન, મન ને હૃદય ધાર્મિક કાર્યોમાં, બીજાનું ભલું કરવાના કામમાં તથા ધર્મવરભક્તિના કામમાં પ્રવૃત્ત થાય એનું નામ ધર્મ.

આખું જગત ધર્મ, ધર્મ એમ કહ્યા કરે છે, પણ તેનો ખરો અર્થ સમજવાને ધન કરનારાની સંખ્યા અતિશય ઓછી જોવામાં આવે છે.

ધાર્મિક જ્ઞાન મેળવવું એ પ્રત્યેક મનુષ્યને માટે આવશ્યક છે, કેમકે એથી પરમાર્થ શુદ્ધિ વધે છે. દેશમાં, સંસારમાં ને કુટુંબ વર્ગેમાં સુલેહશાંતિ રહે તે માટે પણ ધર્મજ્ઞાનની જરૂર છે. સંકટના સમયે સચ્ચુરી રાખવા અને આશ્વાસન મેળવવા માટે ધર્મનું જ્ઞાન બહુજ અસરકારક નીવડે છે. જ્ઞાન જેમ વિશેષ મળે તેમ તેની ઉપર ધાર્મિક શ્રદ્ધા વિશેષ ઉત્પન્ન થાય છે, અને ઇશ્વર પ્રત્યે, માતાપિતા પ્રત્યે પૂજ્યશુદ્ધિ વધતી જાય છે. મનની શુદ્ધિ અને સ્થિરતા ધર્મપરાયણ થવાથીજ રહે છે.

ધર્મનું શિક્ષણ આપવાનું કામ આપણા દેશમાં કહેવાતા ધણા ધર્મોપદેશકો બરાબર બજાવતા નથી. દેશમાં લિન્ન લિન્ન ધર્મો છે, અને તેના જૂઠાજૂઠા મત પંથના ફાંટાઓ પણ સંખ્યાબંધ છે, આદિ કારણોથી સરકારી શાળાઓમાં ધર્મનું શિક્ષણ આપવામાં આવતું નથી, તેથી વિદ્યાર્થીઓ તેમાં ગમે તેટલાં વર્ષ લાગે અને ઉંચે નંબરે પાસ થાય તોપણ પોતાના ધર્મના જ્ઞાનથી અજાતજ રહે છે. આપણા કવિશ્વરે કહ્યું છે કે—

“ભણ્યો ગણ્યો તો શું થયું ? જે નહીં પ્રભુનું જ્ઞાન,  
પુત્ર વગરનું પારણું, વરરાજા વિણ જન.”

વાસ્તવિક રીતે જેમણે તો બાળકને ધર્મની કેળવણી આપવાનો આરંભ કર્યોજ થવો જોઈએ, અને એ કામ જે સુશિક્ષિત માતા ઉપાડી લે તો તે વધારે અનુકૂળતાવાળું થાય, કારણકે બાળકની હાજરી નાનપણમાં તેના બાપ કસ્ટોં મા પાસે વધારે વખત રહે છે.

ધર્મની કેળવણી આપવી એટલે તે બાળકનાં કોઈ ખાસ પુસ્તક-નો તેને અભ્યાસ કરાવવો એમ નથી, કેમકે માત્ર એટલું ઉપરથીજ તેની વધિ તે તરફ દોરાતી નથી, પ્રીતિ ખેંચતી નથી, કે આસ્થા ઉત્પન્ન થતી નથી.

બાળકને ધર્મપરાયણ કરવું હોય તો માબાપે પોતે પણ ધર્મપરાયણ થવું જોઈએ, તેમજ ધર્મીષ્ઠ મનુષ્યોનાં ચારિત્ર તેમનાં જોવા જાણવામાં આવે. તેમજ તેવાં મનુષ્યના દાખલા ઉપરથી ધર્મનું રહસ્ય પ્રસંગે પ્રસંગે તેમની બ્રાહ્મચક્રિત અનુસાર તેમને સરળતાથી સમજાવવામાં આવે, સવારમાં ઉઠે ત્યારે અને રાત્રે સૂએ ત્યારે તે પ્રભુની પ્રાર્થના કરે, તેવી તેને ટેવ પાડવામાં આવે તો તેનામાં ધર્મ પ્રત્યેની શ્રદ્ધા જાગ્રત થવાનો ધણો સંભવ છે, પરંતુ જો માબાપ પોતેજ ધર્મનિષ્ઠ ન હોય, પ્રભુ સ્તુતિ કે પ્રાર્થના કદી કરતાં ન હોય, અને ધર્મ વિષયની પ્રવૃત્તિમાં બહુ મોળા હોય તો પછી તેમનાં બાળક ધર્મ પ્રત્યેની આસ્થાવાળાં ન થાય તો તેમાં આશ્ચર્ય પામવા સરખું નથી, કેમકે દેખે તેવું શીખે એ તો બાળકનો ખાસ સ્વભાવ છે. છોકરાઓ માબાપનું કહ્યું માનતાં નથી એ ધર્મની ખામીનું પ્રત્યક્ષ પરિણામ છે.

આ દેશમાં કેટલેક સ્થળે એવી શાળાઓ અને બોરડિંગ હાઉસ સ્થાપન થયેલ છે, કે ત્યાં અન્ય ધર્મના વિદ્યાર્થીઓને તેવી સંસ્થા સ્થાપનારાઓના ધર્મનો ઉપદેશ ફરજિયાત રીતે પ્રતિદિન આપે છે. કેટલીક સંસ્થામાં તેના સ્થાપનારાઓના ધર્મની અમુક ક્રિયા પણ તેમાં દાખલ થનાર વિદ્યાર્થીઓએ કરવી પડે છે, એવી શાળા કે સંસ્થામાં અન્ય ધર્મીઓએ પોતાનાં સંતાનને દાખલ કરવાં એ સલાહકારક નથી, કેમકે તેમાં વધારે મુદત રહ્યાથી તે ધર્મના કાંઈ ને કાંઈ સંસ્કારની અસર બીજા ધર્મવાળા વિદ્યાર્થીના હૃદયપટ ઉપર રહી જવાનો ધણો સંભવ છે. અપવાદ તરીકે કદાપિ અમુક વિદ્યાર્થીઓપર તેની દેખીતી અસર થયેલી ન જાણાય તોપણ તેઓ પોતાના ધર્મ પ્રત્યે જેમ સુદૃઢ રહે નહીં, તેમજ તેને અંગે થોડી ઘણી બાબતમાં પણ શંકાશીલ રહે એ બનવા જોગ છે, માટે એવી શાળા અને સંસ્થાઓમાં જુદા ધર્મવાળાએ પોતાનાં બાળકને દાખલ કરવાં એ કોઈ રીતે ઇષ્ટ નથી.

## નીતિ.

નીતિ એ સામાજિક ઉન્નતિનું મૂળ છે. નીતિમાં ધર્મ છે અને ધર્મમાં નીતિ છે. સધ્ધર્મ પ્રત્યે જેમ મનુષ્યને પૂજ્યબુધ્ધિ ઉપજે છે, તેમ સુનીતિ પ્રત્યે માનવૃત્તિ ઉત્પન્ન થાય છે. સુનીતિનું શિક્ષણ એ ધર્મના શિક્ષણનું એક મુખ્ય અંગ છે. નીતિના નિયમો સર્વ ધર્મમાં ઘણું કરીને એક સરખા છે. એ નિયમો મોટા અને નાના, પૈસાદાર અને ગરીબ એ સૌને એક સરખી રીતે લાગુ પડે છે.

નીતિ સત્ય આદિ ઘણા સદ્ગુણોને પોષે છે. નીતિ એ ધર્મ તથા વ્યાવહારને જોડનારી કડી છે. નીતિ વિના વ્યાવહાર કદી પણ ટકી શકતો નથી. નીતિ વગરની કેળવણી કામની નથી. નીતિ વિષે કોઈ બડી બડી વાતો કરે અને વ્યાખ્યાન આપે તેથી કરીને તે કાંઈ નીતિવાળો કહેવાય નહીં. એવો ખોટો ડોળ ને આડઅર કરનાર તથા તડકા મારનાર તો જગતમાં ઘણા જોયા છે અને સાંભળ્યા છે, પણ તેથી શું ? નીતિના નિયમોનું ચુસ્તપણે પાલન કરે, તેજ નીતિપરાયણ કહેવાય છે, તેજ હમેશાં નીડર રહી શકે છે, અને એવાજ માણસનો દુનિયાં વિશ્વાસ કરે છે. જેઓ એકલા બુધ્ધિવાન હોય છે, પરંતુ નીતિવાન હોનાં નથી તેનો દુનિયાં ધનઆર કરતી નથી.

સદ્વર્તનનો પાયો નીતિ ઉપર છે, અને નીતિનો પાયો પ્રભુનો ડર, મનની દ્રઢતા અને વિવેકબુધ્ધિ ઉપર છે. નીતિવાન થવા માટે ખાસ બુધ્ધિબળની કે ઉત્તમ શક્તિઓની આવશ્યકતા નથી. પ્રત્યેક વ્યક્તિ ધારે તો તે નીતિવાન થઈ શકે છે, પણ નીતિ કરતાં અનીતિમાં ઘણી વાર પ્રથમ દર્શનીય ઘણી લાલચો અને તાત્કાલિક લાભ સમાએલા હોય છે તેથી કેટલીએક વખત તે તરફ માણસો ઢળી પડે છે, તેવે પ્રસંગે જો તેમને સમજાવવામાં કે અટકાવવામાં ન આવે તો તેવા અનિષ્ટ માર્ગે લોભના માર્ગો તેઓ ચાલ્યા જાય છે, અને પરિણામે ખત્તા પામી છે.

નીતિની કેળવણી બાળકને ધરમાંથીજ મળવી જોઈએ, કેમકે બાળક નિશાળે લાવવા જ્યાં તેની પહેલાં ધરમાં એવી કેળવણી આપવાનો પ્રારંભ કરવાનો જોઈતો અવકાશ રહેલો છે, તેથી તેમને તેવી કેળવણી જોઈતી અને તેટલી ત્યાંથીજ પ્રાપ્ત થવી જોઈએ. ધરમાં જેવી નીતિની કેળવણી મળી શકે તેવી નિશાળમાં મળવાનો સંભવ નથી. ધર્મની અને નીતિની યોગ્ય કેળવણી એજ માઆપ તરફનો ઉત્તમ વારસો છે.

વાંચનમાળામાં નીતિને લગતા પાઠો હોય છે, પણ તે પાઠો ગોખાવવાથી બાળકો નીતિવાળા થાય એમ બનતું નથી. વળી નીતિની કેળવણી આપવાની સીધી ફરજ નિશાળના મહેતાજીપર રાખવામાં આવી નથી. નિશાળીઆઓના પરીક્ષાના પરિણામપત્રકમાં નીતિની કેળવણી માટે કાંઈ દોકડા (માર્ક્સ) આપવાનું ધોરણ નથી.

મોટી વયના કોઈ માણસની હિસાબ વગેરેમાં કાંઈ ભૂલ પડે તો તે વખતે રમૂજ તરીકે કોઈવાર પૂછવામાં આવે છે કે ભાઈ, તમે ક્યા મહેતાજીની નિશાળે લખ્યા હતા ! આવો વિદ્યારૂઝ ક્યાંથી મળ્યો હતો ! પરંતુ જો અમુક માણસની ચાલચલણ અસાધારણ રીતે સારી કે માડી જોવામાં આવે ત્યારે પૂછવામાં આવે છે કે એનાં માઆપ કોણ ? એ ઉપરથી પણ સ્પષ્ટ થાય છે કે બાળકને નીતિની કેળવણી આપવાની ફરજ તેમનાં માઆપ ઉપર ખાસ રીતે રહેલી છે તેમજ તેમની વર્તણૂકને માટે તેમનાં માઆપજ જવાબદાર અને જોખમદાર છે.

ધરમાં માઆપનું જેવું વર્તન હોય તેવી છાપ બાળકપર પડ્યા વગર બાળકરીને રહેતી નથી. નીતિના સંબંધમાં શબ્દોથી ગમે તેટલો શોધ થેર કે નિશાળે આપવામાં આવે તેના કરતાં ખરેખરા દાખલાથી તેમને બહુ અને સચોટ અસર થવાનો સંભવ છે, તેથી અનુકરણ કરવા યોગ્ય ઉદાહરણ એજ ઉત્તમ ઉપાય ગણાય છે. નીતિ સંબંધમાં બાળક માઆપનું વર્તન જોઈને તે પ્રમાણે ચાલતાં શીખે છે. માઆપ જેવી રીતે ચાલતાં હોય તેવી રીતે ચાલવાને

બાળકની ઇચ્છા જ્યારે થાય છે. નિશાળમાં બાળકો હોય તેવા વખતમાં તેમના શિક્ષકોનું નીતિ સંબંધી સારું વર્તન તેમના જોવા જાણવામાં આવે તો તેથી સુનીતિ તરફ તેમની દ્રષ્ટતા વિશેષ થાય એ સ્વાભાવિક છે, પરંતુ તેનો મૂળાધાર માળાપનાં સારાં દ્રષ્ટાંતપર રહેલો છે.

પોતાની પ્રજા ધણી વિદ્વાન કે બહુજ કેળવાયેલી થઈ શકે તેમ ન હોય તો તેની બહુ ચિંતા રાખવા સરખું નથી, પરંતુ તે બરાબર નીતિવાળી થાય તે માટે પૂરેપૂરી કાળજી ને ફિકર માળાપોએ રાખવી જોઈએ.

ક્યાં કામ કરવા સારાં અને ક્યાં કામ કરવાં નરસાં એટલુંજ બાળકો જાણે તે બસ નથી, પણ તેઓ સદા સુનીતિનાં કામ કરે અને અનાતિનાં કામ કદી કરે નહીં, તેને માટે બનતો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ.

નીતિની કલ્પિત વાતો ને કહાણીઓ કહેવા કરતાં સારાં મનુષ્યોનાં ચારિત્રો તેમનાં જોવા જાણવામાં આવે તે વિશેષ અસરકારક નીવડે છે. ખરા ખોટાનો મુકાબલો કરી બતાવીને તેમજ કેટલાએક ઐતિહાસિક બનાવથી પણ નીતિનો બોધ આપી શકાય છે.

હાલના જમાનામાં કેળવણી આપવાનો મુખ્ય ઉદ્દેશ બુદ્ધિનો વિકાસ કરવાનો થઈ પડ્યો છે. નીતિ ને ધર્મના વિષયને આગળ ન પાડતાં તેને એક બાજુએ રાખવામાં આવે છે તે ઇષ્ટ નથી. અમુક ગામમાં ખોટા પૈસાદાર કોણ કોણ છે, એમ અજાણ્યા માણસો કોઈ કોઈ વાર પૂછે છે, પણ આ ગામમાં કેવા કેવા નીતિવાળા પડ્યા છે, તેવું જાણ્યેજ કોઈના તરફથી પૂછવામાં આવતું હશે! માત્ર ધનવાન કે વિદ્યાવાન હોય તેના કરતાં નીતિવાનની કિંમત અધિક ગણવી જોઈએ. દુનિયાનો બાવબાર નીતિ વગર નહીં શકતો નહીં હોવાથી નીતિવાન મનુષ્ય દુનિયાને વધારે ઉપયોગી થઈ પડે છે, જેથી પોતાનાં બાળકો સુનીતિને રસ્તે ચાલનારાં થાય તેવી તજવીજ માળાપોએ મૂળથીજ કરતાં રહેવું એ ઇષ્ટ છે.

## ૬૫૧.

દયા એ ધર્મનું મૂળ છે. દયા એ પ્રાણી અંશ છે. ખીજાં પ્રાણીઓ તરફ સદા દયા લાવે રાખી વર્તવું, એવું દરેક ધર્મનું દરમાન છે. જ્યાં દયાનો જાંટો નથી ત્યાંથી ધર્મ સો ગાઉ છેડા રહે છે. દયા એ મનુષ્યનો મોટામાં મોટો અને ઉત્તમમાં ઉત્તમ સહયુક્ત છે. દયાને અલાવે કાંઈ પણ પ્રકારનું પરોપકારનું કામ થઈ શકતું નથી. જેનામાં દુઃખી પ્રાણીઓ પ્રત્યે દયા નથી, દિલસોજી નથી, લાગણી નથી તે વાસ્તવિક રીતે જોતાં મનુષ્ય નથી, પરંતુ મનુષ્યના આકારે રાક્ષસ છે.

જનવરો તથા જીવજંતુઓ પ્રત્યે દયા રાખવી. આંધળાં, પાંગળાં અથવા ખીજી રીતે અશક્ત હોય, દુઃખી હોય તેવાં માણસોની દયા ખાવી, તેમને યથાશક્તિ મદદ કરવી, અસહાયને સહાય થવું, અનાથને આશ્રય આપવો, દાન દેવું અને અતિથિની આદરપૂર્વક સેવા કરવી વગેરે વગેરે સત્કર્મો આગકને નાનપણથી શીખવવાં જોઈએ, પરંતુ એ પ્રમાણે દયા ને પ્રેમની પ્રજાગ લાગણી માત્ર મોટેથી લાપણ કર્યાથી, ઉપદેશ આપ્યાથી કે તેવી આખનનાં પુસ્તકો વંચાવ્યાથી જ તેનામાં ઉત્પન્ન થતી દુષ્કર છે. આગકના હૃદયમાં કૃત્ય અથવા દાખલાથી જેવી રીતે અસર થાય છે તેવી ખીજી એકે રીતથી થવાનો સંભવ નથી. ખાલી કથન કરતાં તેવું કૃત્ય બહુજ અસરકારક નિવડ્યા વગર રહેતું નથી.

કાંઈ અપંગ અને નિરાધાર માણસ દુઃખનો માર્ગો મદદ મેળવવાને માટે આંગણે આવે તેના પ્રત્યે યોગ્ય દિલસોજી દર્શાવીને માયાપ પોતાના સંતાનને લાથે તે આપડાને કાંઈ પણ ખાવા પીવાનું કે પહેરવા ઓઢવાનું અપાવશે તો તેથી તે આગકના હૃદયપર બહુ સારી અસર થશે તથા નિરાશ્રીતને સહાયજૂત થતાં તથા તેમના તરફ દયા ને પ્રીતિલાવ રાખતાં

તે સ્ત્રીપરો. દયા, દાન ને દીનતા. એ વર્મનિષ્ઠ માણસનું બૂપણ છે. કરુણા-  
યુક્ત કામ કરવાથી અંતઃકરણમાં સ્વાભાવિક આનંદ ઉદ્ભવે છે તેને એ  
સારા કૃત્યનો તાત્કાલિક અલ્લેખ-સમજવો. દયાની લાગણીથી જેઓ પરોપકાર  
કરે છે તેમનું પ્રભુ સદા સારંજ કરે છે.

અપવાદ તરીકે જોઈએ તો કેટલાંક નાનાં બાળક રમતમાં  
કોઈવાર કાઠીઓને, માખીઓને તેમજ પતંગીઆં અને એવાં બીજાં જીવડાં-  
ઓને પકડે છે, મારી નાખે છે, કોઈ જીવડાંના પગ ને પાંખોને  
તોડી નાખે છે, કોઈ પક્ષીઓ તરફ કાંકરા ફેંકે છે, તો કોઈ ફૂતરાં અને  
બિલાડા જેવાં પ્રાણીઓની પૂછડી ઘણું જોરથી ખેંચે છે અથવા તેમને ચાલુક  
કે લાકડી લગાવી દે છે, કોઈ પક્ષીનાં પીંજાં ખેંચે છે, અને એ પ્રમાણે  
બીજાં પ્રાણીને પીડા કરીને પોતે તેમાં ઘણી ગમત મેળવતાં જણાય છે.

ઉપર દર્શાવ્યા પ્રમાણેનાં કૃત્યો નિર્દયપણાનાં જણાય છે, પરંતુ એ  
બાળકોનાં મનમાં તેવાં કામ શું દયા રહિતનાં જણાતાં હશે !  
બાળકો શું સ્વાભાવથીજ દુર અને ઘાતકી હશે ? તેમનું એ મુજબનું  
સામાન્ય વર્તન કોઈથી તદ્દન અગ્નિપ્રયુ નથી એમ છતાં તેમને નિર્દોષ  
અથવા નિરપરાધી અગ્નિ કહેવામાં આવે છે તેનું કારણ શું હશે ?  
પ્રથમદર્શનિક રીતે જોતાં કારણ એવું લાગે છે કે તેમનામાં ખરું ખોટું  
સમજવાનું તે કાળે જ્ઞાન હોતું નથી, તેમજ પશુ, પંખી તથા જીવડાંને  
મારવાં એથી તેમને પીડા થતી હશે તેવું તેમને લાન નહીં હોય એટલે  
તે માત્ર અજ્ઞાનતાથી અને ગમત મેળવવાની ખાતર એવાં કૃત્ય કરવા  
તરફ દોરવાઈ જતાં હશે ! એવા અનુમાનથી તેમને દોષિત ગણવામાં  
કેટલાંક માણસો કલ્પનાની ખામી ગણે છે, તો કોઈ એમ પણ કહે છે કે  
પૂર્વજોની નિર્દયપણાની ખાશીયતનો અંશ બાળકોમાં ઓછાંદે ઉતરી  
આવેલો હશે. બીજી બાજુ જોઈએ તો બાળકોને રમવા માટે હાથી,



ધોડા, ફૂતરા અને બિલાડા વગેરે રમકડાં આપવામાં આવ્યાં હોય છે, તે રમકડાંને તેઓ નિર્જીવ ગણતાં નથી, પણ તે બાળે ખરેખર જીવતાં પ્રાણી હોય એમ પોતાની સ્વાભાવિક અજ્ઞાનતાથી ગણીને તેમને તેઓ ખવરાવે છે, પીવરાવે છે, કપડાં ઓઢાડે છે, લાડ લડાવે છે, તેમજ એ રમકડાં લાંબી તૂટી જતાં તે માટે દયા ખાય છે, ઉદાસ થાય છે અને શોક કરે છે. વળી તેઓ જીવતાં કુરકુરીયાં, બિલાડી અને પોપટ વગેરે પ્રાણીને ખવરાવે છે, પીવરાવે છે તેમજ તેમનાં તરફ બીજી રીતે પણ માયા મમતા રાખતાં જણાય છે. ત્યારે હવે સવાલ એ છે કે તેમનાં મનમાં જો દયા અને પ્રેમની લાગણી મુદ્દલ ન હોય તો એ પ્રમાણેનું તેમના તરફથી વર્તન ક્યાંથી થાય ? મતલબ કે એ તરફ પણ ખ્યાલ કરવાનો છે.

આગક તરફથી બીજાં પ્રાણીઓ પ્રત્યે પાપનું કામ કરવામાં આવે તો તેમ કરતાં તેને વારવું જોઈએ તથા તે સાથે તેને સમજાવવું જોઈએ કે જેમ તમને કામ માટે કે પગાડે ત્યારે તમને જેવું દુઃખ થાય છે તે વસમું લાગે છે તેજ પ્રમાણે એ પ્રાણીને પણ મારવા પગાડવાથી પીડા થાય છે. બીજાને દુઃખ દેવું એ પાપનું કામ છે તેથી એવાં કામથી પરમેશ્વર બહુ નારાજ થાય છે તથા એવા અપરાધને માટે તેવાં પાપીને તે ઘટતી શિક્ષા કરે છે. સૂઝળાં પ્રાણીઓને પરમેશ્વર જોદા કરેલાં છે.

એ પ્રમાણે દયાથી વર્તવાનું તેમને નાનપણથી શીખવવું જોઈએ, પણ તેમનાં નિર્દય કામ પરત્વે એદરકાર રહી તેમને ઘટતો બોધ ને એતવણી નાનપણથી જો આપવામાં ન આવે તો પછી તેઓ મોટપણે પ્રસંગેપ્રસંગે નિર્દય કામ કર્યાં વગર રહે નહીં.

જનાવરો પ્રત્યેના નિર્દયપણાના કામો તેમનાં જોવા જાણવામાં ન આવે, તેમજ એવી નિર્દયપણાની વાતો તેમનાં સાંભળવામાં ન આવે. તેના બનતી તજવીજ રાખવી જોઈએ. કુરકુરીઆં તથા બિલાડી વગેરેની છેડ કરતાં તે ઉઝરડા વગેરે ભરે તો તે એ બાળકની છેડનો બદલો સમજવો. બાળકો એવી છેડનું કામ એવાં જનાવરો પ્રત્યે કરીથી કરે નહીં તે માટે તેમને યોગ્ય શીખામણ તથા ચેતવણી આપવી જોઈએ, પરંતુ તેવા ઉઝરડા ભરવા બદલ તે કુરકુરીઆ કે બિલાડીને જરાએ દુઃખ દેવું નહીં જોઈએ, કેમકે એમ કરવાથી બાળકોને ખીજાને નાહક પીડા કરવાનું તથા ગંદરીતે વેરની વસુલાત કરવાનું આડકતરી રીતે ઉત્તેજન મળે છે અને પરિણામે તે વધારે ફર થવાનું શીખે છે.

જેને સુખદુઃખની લાગણી થતી હોય તેવાં દરેક પ્રાણીનું સુખ વધારવું ને દુઃખ ઓછું કરવું એવી દરેક મનુષ્યની ફરજ છે. દયાનાં કામ જેમ ધનથી તેમ બળથી, કળથી કે વચનથી પણ થઈ શકે છે.

“દયા ધર્મકો મૂલ હૈ, પાપ મૂલ અભિમાન;

તુલસી દયા ન છાંડીએ, જખલગ ઘટમે પ્રાન.”

આપણે જો પરમેશ્વરની દયા માગવી હોય તો ખીજા ઉપર આપણે દયા કરવી જોઈએ.

## સત્ય.

સત્ય એ સદ્ગુણની સીડી છે, ન્યાયનું અંગ છે તથા નીતિનું સૂત્ર છે. આ સૃષ્ટિ તેમજ સદ્ધર્મનું મંડાલુ સત્ય ઉપર છે. જગતના અન્યેક પ્રકારના કર્મનો તથા વ્યાવહારનો તે પાયો છે.

સત્ય વિના સંસાર નથી, સત્ય વિના વ્યાવહાર નથી, સત્ય વિના ધર્મ નથી, અર્થાત્ સત્ય વિના કાંઈજ નથી. સત્ય એ સદા સત્ય જ છે.

દુનિયાંમાંથી સત્યના પવિત્ર બંધનને એક ધડી પણ દૂર કરવામાં આવે તો અતિશય અધાધુંધી થઇ જાય તથા એવો તો જોડાળો વળી જાય કે તેની કશી સિમાજ રહે નહીં.

બાળકને જે કાંઈ કહેવામાં આવેછે, તે ખરા તરીકેજ તે માને છે, તેમજ તેને કાંઈ પૂછવામાં આવે તો તે જે સાચું હોય તેજ તે કહે છે, વળી તેની સ્વાભાવિક વૃત્તિ હમેશા સાચું બોલવા તરફજ જોવામાં આવેછે, જૂઠામાં જૂઠા માણસ પણ એક દિવસમાં જૂઠા કરતાં સાચું વધારે વખત બોલેછે, અને સાચું બોલવાથી તેવું બોલનારને પણ સંતોષાનંદ ઉપજેછે, એ ઉપરથી પણ સ્વતઃ સિધ્ધ થાયછે કે સાચું બોલવું એ સ્વાભાવિક છે, સરળ છે તથા તેમાં કશો શ્રમ પડતો નથી કે તેને માટે કાંઈ પણ જોડી કાઢવાની પંચાતમાં ઉતરવું પડતું નથી. સાચાં થવાને માટે આપણે બધાએકાં છીએ. સાચને કશી આંચ નથી અને સાચને કશો ભય નથી, તેથી સત્ય બોલવું અને સત્યને રસ્તે વિચરવું એ સલામતીભરેલું છે.

કોઈ પણ કાર્યની સિદ્ધિ સત્યથીજ થાયછે, અસત્યથી અપવાદ તરીકે કોઈ વખત થયેલી દેખાય તો તે અસત્ય સમજની; મતલબ તે

દીર્ઘ કાળપર્યંત ટકતી નથી. વિધાસ અને વિગય સત્યની આજુબે અને શરમ તથા પશ્ચાત્તાપ અસત્યની આજુબે ઉભાં રહે છે.

સત્ય પ્રભુને પ્રિય છે. જેઓ સદા સાચું બોલે છે તથા સત્યને પંથ પ્રવર્તે છે તેઓ તેની કૃપા સંપાદન કરે છે. જે સત્યવાદી હોય છે તેને શૈયા હોય છે, માન આપે છે, તેમજ તેનો સા લશોસો કરે છે. સત્ય સરખું બૂપણું નથી અને અસત્ય સરખું દુપણું નથી, માટે સાચું બોલવાની ટેવ નાનપણથીજ પડવી જોઈએ.

જેઓ સત્યપ્રિય હોય છે તેઓ મસ્કરીમાં પણ કદી જૂઠું બોલતાં નથી, અને કદાપિ તે કોઈની મસ્કરી કરે તો તે એવી હોય છે કે તેમાં અસત્યનો જરાએ અંશ હોતો નથી, તેમજ તેથી સામાનું દિલ ખીલકુલ દુખાતું નથી, પણ ઉઝડી બન્ને જાણુને તેથી ગમત મળે છે !

જૂઠું બોલવું એ એક દુર્ગુણ છે, અપવિત્રતા છે, પાપ છે, તેમજ તે નીચ સ્વભાવની એક નિશાની છે. આ દેશમાં કેટલાંક માણસોમાં જૂઠું બોલવું એ સામાન્ય જેવું ગણાય છે. તેવાં માણસો સહજ વાતમાં પણ જૂઠું બોલતાં અચકાતાં કે શરમાતાં નથી. મગકમાં જૂઠું, મસ્કરીમાં જૂઠું, રમતમાં જૂઠું, ગમનમાં જૂઠું, કોઈને નકામા ચડાવવામાં જૂઠું, ખીરાવવામાં જૂઠું તેમજ ખુશામત કરવા વગેરેમાં તો ઘણુંજ જૂઠું !

ઇંગ્લાંડ આદિ સુધરેલા દેશના કોઈ આખરદાર માણસને કોઈ જૂઠો કહે તો તે ગુસ્સાથી લાલચેળ થઈ જશે, ત્યારે આપણા દેશમાં કેટલાએક માણસોને “તમે તો ગપીદાસ છો” એમ કહો તો તેથી તેમનું રઆડું પણ લાગ્યેજ ગરમ થશે !

આપણા દેશમાં બહુજ સત્યવાદી અને પ્રામાણિક માણસોને કોઈવાર મૂરખા કે બોળા તરીકે હસી કાઢવામાં આવે છે. ધર્મા રાજ્યારમાં જૂઠું

ખોતવું, સારા માણમાં ખરાબ માણનો ભેગ કરવો, માહકને છેતરીને વધારે પૈસા લેવાનું અપ્રમાણિકપણું કરવું એ સાધારણ જેવું થઈ પડ્યું છે. નાનાં નાનાં જૂઠાણાં ઘણાં સાધારણ છે. મોટેથી બોલ્યા સિવાય માન્યપણાથી પણ જૂઠાનાં કૃત્ય થઈ શકે છે. કેટલુંક જૂઠું દેખીતું હોય છે તો કેટલુંક છુપું જૂઠું પણ હોય છે. કોઈને માંગ લાંડવી એ પણ એક પ્રકારનું જૂઠું છે.

જે પોતાનો બેટા ન થતો હોય તેને પોતાનો બેટા કહેવો, જે સાળો ન થતો હોય તેને સાળો કહેવો, વાંઝણી ન હોય તેને વાંઝણી કહેવી, કોઈની પાસેથી માત્ર સાંજભેટી વાત પોતે જાણે જાતે જોઈ હોય તે રૂપમાં કહેવી, જે વાત હૃદયથી માનતા ન હોય તેને તેમજ કપોળકલ્પિત વાતને સાચા તરીકે કહેવી, વાતમાં મીઠું મરચું ભજારાવીને કે કમ-પેશ કરીને કહેવી, કોઈના ઉપર નાહક ખોટો અસર થાય તે તેથી કરીને બીજાને છેતરાય એવી રીતે દ્વિઅર્થી બોલીથી વાત કરવી, અથવા તેવી દબ પકડવી, કોઈ પણ વાત ફેરફાર કરીને બોલવી, લી-ધેલી પ્રતિજ્ઞા ન પાળવી, બીજાને આપેલું વચન ન પાળવું, ઉધારે લી-ધેલા માણતા પૈસા વાપદા પ્રમાણે જેના તેને ન પહોંચાડવા, કોઈ પણ વાતનાં જઘાનાં કાઢવાં, પાખંડ કરવાં, ખોટો ડોંગ કરવો, ટોંગ કરવો; બોલીને ફરી જવું, સાચી વાતનો ઢાંકપીછોડો કરવો, કોઈ પણ જાતનાં વર્તન, ચાંખા કે ઇસારતવડે નાહક ભ્રમ ઉત્પન્ન કરવો, કોઈની નિંદા કરવી કે ગપાં મારવાં એ પણ અકેક પ્રકારનું જૂઠું છે. અરધું સાચું ને અરધું જૂઠું તેમજ જે જૂઠું સત્યના જેવું જણાય એવા પ્રકારનું જૂઠાણું તે તો બહુજ ખરાબ સમજવું !

જૂઠાં માણસો જૂઠું બોલીને બીજાને એકાં એ વાર કદાચ છેતરી શકે છે, પરંતુ આખરે તેમનું જૂઠું પકડાયા વગર રહેતું નથી, અને પા-

જાળથી કદાપિ તેઓ સાચું બોલે તોપણ તે જૂઠામાં મનાય છે. માટે જૂઠું બોલવાની લાક્ષણ્યમાં લપટાવું નહીં જોઈએ. એક ભરવાડના ડોકરે “ વાણ અણબોલ, વાણ અણબોલ,” એમ બોલું કહીને પ્રથમ બીજા માણસોને છેતર્યા હતા, પરંતુ પાછળથી ખરેખરે વાત આવી પહોંચતાં તેણે એવી સાચી બૂમ પાડી હતી તોપણ તે ખરા તરીકે કોઈએ માની નહોતી ને તેથી તેને ઘણું નુકસાન સોસવું પડ્યું હતું એ વાત પ્રસિદ્ધ છે.

બીજાને ફસાવવા અથવા પોતે ગુન્હામાંથી છટકી જવા સારું માણસો જૂઠું બોલવાને ઘણીવાર લક્ષ્યાઈ જતાં જોવામાં આવે છે. ક-રજદાર સ્થિતિના માણસોને તેમજ નિંદાખોરને પણ ઘણી વખત જૂઠું બોલવું પડે છે. જૂઠાણું એ બીકણને આશરો હોવાથી તેવા બીર સ્વ-લાવનાં માણસો પણ દટલીક વાર જૂઠું બોલવા તરફ દોરવાઈ જાય છે. જૂઠાબોલાને પોતાનો વાંક છુપાવવા સારું બીજા ગુન્હા કરવા પડે છે, પણ ગમે તેવું પણ જૂઠું તે જૂઠું જ છે, તે આખરે ઉઘાડું પડ્યા વિના કદી રહેતું નથી. જૂઠુંને પગ નથી તેથી તે સ્થિર રહી શકતું નથી. જૂઠાં ને લગાડ માણસને કોઈ માન આપતું નથી, કોઈ તેનું કશું માનતું નથી તેમ કોઈ તેનો ઇનખાર પણ કરતું નથી. જૂઠાને લાજ શરમ હોતી નથી.

બાળકથી જાણતાં કે અજાણતાં કોઈ વાંક થઈ ગયો હોય ત્યારે તેમને જે ધમકાવીને અથવા ગુસ્સાથી પૂછવામાં આવે કે અમુક કામ તમે કયું છે કે ? આવી રીતણું બોલવું સાંભળીને તે ઘણી વખત ગ-ભરાઈ જાય છે તથા એ વાંકની શિક્ષાથી બચી જવા માટે જૂઠું બોલવાને અથવા એ વાંક બીજા પર દોષી પાડવાને તે લક્ષ્યાઈ ! પરંતુ ચાંત ચિત્ત રાખીને તેને જે ધીરજથી અને ધીમેથી પૂછવામાં આવે કે ફસાણું કામ તમારાથી થઈ ગયું છે વાર ? આ પ્રમાણે ધીમેથી પૂ-

જવામાં આવશે તો તે મોકળા મનથી ધણુંકરીને સાચું જ બોલશે અને એ મુજબ તે પોતાનો વાંક કબૂલ કરે તો તે માટે તેના પર ખી-જાવું નહીં જોઈએ, પણ ઉલટું તેને એમ કહેવું જોઈએ કે ફિકર નહીં, હવે પછી એવું કામ તમારાથી ન થાય તે માટે જોઈતી કાળજી રાખજો. એ પ્રમાણે સૂચના આપ્યા છતાં બાળક એવો વાંક જાણી જોઈને ફરીથી કદાપિ કરે તો તે બદલ તેને કાંઈ શિક્ષા કરવી યોગ્ય લાગે તો બનતાં સુધી સહેજ શિક્ષા કરવી, પણ તે જો સ્વભાવથી જ બે-ફિકર હોય અને દુપકાથી પતતું હોય તો તેમ પતાવવું.

અમેરિકાના જ્યોર્જ વોશિંગ્ટને પોતાના પિતાના પૂજ્યાર્થી પોતે કરેલ વાંક કબૂલ કર્યો હતો, તે વાત બહુજ પ્રસિદ્ધ છે, તોપણ તે અહીં જણાવવા એ અપ્રાસંગિક નથી. તેણે એક વાર રમતાં રમતાં પોતાના બાગનું એક કિંમતી વૃક્ષ કુદાડીવતી કાપી નાખ્યું, તે બીજે દિવસે તેના બાપના જોવામાં આવ્યું ત્યારે તેણે પૂછપાછ કરવા માંડી કે આ પ્રમાણેનું નુકસાન કોણે કર્યું ? પરંતુ તે વખતે ત્યાં જે હાજર હતા તે તમામે જણાવ્યું કે અરે એ વિષે અજ્ઞાત છીએ. જ્યોર્જ જે બહાર ગયો હતો તે થોડીજ વારમાં ત્યાં આવી પહોંચ્યો ત્યારે તેને પૂછવામાં આવ્યું કે પેણું સુંદર વૃક્ષ કોણે કાપી નાખ્યું તેની તમને કાંઈ ખબર છે ? એ સાંભળીને તે છોકરે થોડી વાર વિચાર કરીને જવાબ આપ્યો કે બાપા હું જૂઠું બોલીશ નહીં. રમતાં રમતાં મારી પેલી કુદાડીથી તે ઝાડ મેં કાઢે કાપી નાખ્યું છે, હવે કેમ થશે ? તે સાંભળીને તેના બાપે કહ્યું કે તમે જૂઠું ન બોલ્યા ને ખરી વાત તુરત માની દીધી તે ધણું સારું કર્યું, પણ જો તમે જૂઠું બોલીને મને છેતર્યો હોત તો હું બહુ દીઘમીર થાત. રૂપાના મહોરવાળાં તથા સોનાનાં ફળવાળાં એક હજાર વૃક્ષ કરતાં પણ સાચું બોલવું એ વધારે કિંમતી છે. જૂઠું બોલવાની જો નાનપણથી ટેવ પડે તો તે પછી કદી ટળતી નથી.

પોતાના બાળક પર માઆપે બને તેટલો વિશ્વાસ રાખવો જોઈએ. પ્રકટ કારણ મળ્યા વિના તેમના તરફ શકની નજરથી જોવું નહીં જોઈએ ; અને ખાતરી કર્યા વિના તેમની ઉપર કાંઈ આરોપ મૂકવો નહીં જોઈએ, તેમજ સદા સત્ય બોલવાનું અને અસત્ય તરફ અલગમાની નજરથી જોવાનું વખતોવખત તેમને સૂચવવું જોઈએ.

જૂઠું બોલવું પડે તેવા પ્રસંગ બાળકને આપવા નહીં, તેમજ તું જૂઠું બોલે છે, તારું કહેવું હું માનતો નથી, મને તારા બોલવા ઉપર વિશ્વાસ નથી, એમ બાળકને બનતાં સુધી કદી કહેવું નહીં જોઈએ ; કારણ કે વારંવાર એમ કહ્યા કરવાથી સત્ય બોલવા પર તેને દ્રઢતા રહેશે નહીં તથા જૂઠું બોલવાની શરમ દિવસેદિવસે તેનામાં કમતી થતી જશે, અને પરિણામે તે બહુ જૂઠાંબોલું થઈ જશે, પણ તેને જો મૂળથી પ્રસંગોપાત કહેવામાં આવે કે તમે કહો છો તે હું સાચું માનું છું અને મને ભરોસો છે કે તમે જૂઠું બોલતાં નથી. આ પ્રમાણે થવાથી તે સાચું બોલવા તરફ આકર્ષાશે, જૂઠું બોલતાં શરમાશે અને ઘણુંકરીને સાચુંજ બોલતાં શીખશે.

કેટલાંએક માઆપ બાળક પાસે જૂઠું બોલાવે છે, અથવા તેની સાનિધ્ય બીજા આગળ પોતે જૂઠું બોલે છે એટલે પછી તે બાળક જૂઠું બોલતાં શીખે છે. આ અમુક ઠેકાણે કે અમુક માણસને ત્યાં જતી હોય ત્યારે બાળક પૂછે કે તું ક્યાં જાય છે, તો તે ખરું ઠેકાણું ન કહેતાં બીજા ઠેકાણાનું અથવા બીજા માણસનું નામ દે છે. કાંઈ વાર માતા પોતાના બાળકને સાથે તેડીને અમુક ઠેકાણે જતી હોય ત્યારે તે એ બાળકને કહે છે કે આપણે ફલાણે ઠેકાણે જઈએ છીએ એમ તારા ભાઈને કે બેનને કહીશ નહીં ! અથવા બાળક અમુક ચીજ માગે તે તેને આપવાની ન હોય તો તેમ કરવાની તેને ના પાડતી નથી પણ તે ચીજ ઘરમાં આડીઅવળી



સંતાડી દેહને પછી તેને મૂળ ઠેકાણું જતાવીને કહેછે કે એ ચીજ ધરમાં નથી. વળી અમુક માણસ કે ચીજ ધરમાં હાજર હોય છતાં પૂછવા આવનારને માતા કહેછે અથવા પોતાના બાળક વગેરે પાસે કહેવરાવેછે કે તે માણસ અથવા ચીજ હાલ ધરમાં નથી. વળી બાળકને અમુક ચીજ લાવી આપવાનો એકસ વામદો આપ્યો હોય તે પ્રમાણે વામદાસર તેને લાવી આપતાં નથી અથવા તો બીલકુલ લાવી આપતાં નથી. વળી કાંઈવાર ધરમાં કાંઈ બનાવ બન્યો હોય, અથવા પોતાના બાળકને કાંઈ ખાવા કરવાનું આપ્યું હોય ત્યારે તે વાત એ બાળકના બાપ અથવા પોતાની સાસુ કે નણ્દ વગેરે પાસે નહીં માનતાં પૂછે તો કહે- જે કે મને કાંઈ ખાવાનું આપેલું નથી, એ પ્રમાણે પોતાના બાળકને જૂઠું બોલવાનું અગાઉથી શીખવી રાખેછે. કાંઈવાર અમુક વાત બાળકને હાલ જણાવવા જેવી ન હોય તે વિષે તે જિજ્ઞાસાથી પૂછે ત્યારે તમે મોટા થશો ત્યારે જાણશો એમ કહેવાને બદલે તેને કાંઈ બળતી વાત કહીને ફેસડાવવામાં આવેછે પણ પછી પાછળથી ખરી હકિકત જાણવામાં આવતાં બાળકો જૂઠું બોલતાં શીખી જાયછે અને માબાપ સાચી વાત કહે તે પણ તે કેટલીક વાર માનતાં નથી, અને દુનિયામાં એક દુર્ગુણની પાછળ બીજા દુર્ગુણ પેદા થાયછે તે પ્રમાણે બાળક જૂઠું બોલતાં શીખવાની સાથે બીજા કેટલીક જાતની ગુરાઇ કરતાં પણ શીખે છે, માટે સલાહકારક એ છે કે બાળક જૂઠું બોલતાં શીખે તેવા પ્રસંગ તેમને ન આપવા માટે માબાપે સદા સાવધ રહેવું જોઈએ.

## જિજ્ઞાસા.

જિજ્ઞાસા એટલે નવું નવું જાણવાની—સમજવાની અભિલાષા, પૂછ-પાછ અથવા પિપાસા. દરેક બાળકનાં અંતઃકરણમાં કુદરતે જિજ્ઞાસા મૂકેલી છે, પછી તે કોઈમાં તીવ્ર, કોઈમાં સામાન્ય તો કોઈમાં મંદ. બાળકમાં જેમ બુદ્ધિના અંકુર વધારે તથા ચપળતા વધારે હોય તેમ તેની જિજ્ઞાસાવૃત્તિ પણ પ્રમાણમાં વધારે જોવામાં આવે છે. બુદ્ધિને કેળવવામાં તેમજ તેનો વિકાસ કરવામાં જિજ્ઞાસાવૃત્તિ જેવું બીજું બળવત્તર સાધન એક પણ નથી. એવી સ્વાભાવિક વૃત્તિ વડેજ બાળકો બારિકાથી પૂછપાછ કરીને તેમજ આંખ, કાન, જીભ અને ત્વચા વગેરે શારીરિક જ્ઞાનેન્દ્રિયોના ઘટ્ટો ઉપયોગ કરીને થોડા વખતમાં ઘણી બાબતોનું જ્ઞાન સહેજે સંપાદન કરી શકે છે.

નાનાં બાળકો આ દુનિયામાં પ્રથમ જે જે જુએ તે સર્વે તેમને નવું નવું અને અચંબા ભરેલું લાગે છે, તથા જેવું તે પોતાને નવાઈ સરખું લાગે છે તેવું બધાં માણસોને પણ નવાઈ જેવું લાગતું હશે એમ તેઓ ધારે છે, તેથી તેઓ જે જે ચીજો જુએ છે, અથવા બીજાને મુખેથી અમુક વસ્તુનાં વખાણ સાંભળે છે તે વિષે ચારવાર સંખ્યાબધ સવાલો પોતાનાં માબાપ વગેરેને પૂછી પૂછીને જાણે તેમનો દમ કાઢી નાખવા સરખું કરે છે ! પ્રત્નો પૂછતાં તેઓ કદી ધરાતાં નથી. કેટલીક વાર અક્કલમાં ન ઉતરી શકે કે કલ્પનામાં ન આવી શકે તેવા સવાલો પૂછ્યા કરે છે. આ શું ને પેલું શું, આમ શાથી થયું ને તેમ શાથી બન્યું, એવા એવા તરેહવાર અને એટલા બધા સવાલો કે જેમાંના કેટલાકનો ખુલાસો કરી શકાય તેવા તેમજ બાકીનાં તાત્કાલિક ખુલાસો ન કરી શકાય તેવા, તેમના ચપળ બેજનમાંથી નીકળ્યા કરે છે, અને તેના જવાબ દેનારા જવાબ આપી આપીને થાકી જાય છે, તોપણ તેનો આરો આ-

વતો નથી ! વળી કોઈ વાર તેઓ એવા તો ચમત્કારી સવાસો પૂછે છે કે ગમે તેવા વિદ્વાન પણ તેના મથાર્થ ઉત્તર આપી શકે નહીં, તેમજ પૂછેલા પ્રશ્નના સંબંધમાં કયે પ્રકારે એ બાળકનાં મનનું સમાધાન કરવું તેની તેમને બરાબર ગમ પણ પડે નહીં !

બાળકોના પ્રશ્નો કોઈ વાર ગંભીર, કોઈ વાર હોકરવાદી ભરેલા, કોઈ વાર હસજી સરખા, કોઈ વેળા પામા વગરના, કોઈ વેળા વિચિત્ર તો કવચિત્ અસહ્ય પણ હોય છે, પરંતુ તે દરેક સવાલ નવું નવું કાંઈ પણ જાણવા માટે તથા પોતાની અભિલાષા તૃપ્ત થવા માટેજ હોય છે. જ્ઞાન મેળવવા સિવાય તેમાં બીજી હેતુ હોતો નથી. માઆપને તે સર્વજ્ઞ ધારે છે, તેથીજ પોતાને નહીં સમજણ પડે તેવા સવાલના જવાબ તેઓ તેમને વારંવાર પૂછ્યા કરે છે, ત્યારે તેના યોગ્ય જવાબ ન આપતાં કંટાળાંક માઆપ તેથી કંટાળે છે અને ચીડાઈને કહે છે કે—તારું કપાળ ! ચૂપ રહે, ઝાઝુંડાલું ન થા, અહીંથી ચાલ્યું જ, ટકટક ન કર, જાણ્યું તારું ડાહપણ ! તારે વળી એ જાણવાનું કામજ શું છે ? ઘડીએ ઘડીએ નકામું શું કરવા સંતાપે છે ! એવું એવું તે વખતે જે કહેવાનું સૂઝે તે કહીને તેને પોતાની પાસેથી કાઢી મૂકે છે, કોઈ બીજી બાબત તરફ તેનું લક્ષ્ય ખેંચે છે, કોઈ ગાળો દે છે, તો કોઈ પોતાનો પિત્તો ખસી જાય તો સહજ હસ્તપ્રહાર પાગ કરી લે છે !

પરંતુ આ પ્રમાણે રીસ કરીને બાળકોનાં સવાલનું કોઈ પણ રીતે સમાધાન ન કર્યાથી તેમની હોંસ તૂટી જતાં તેઓ નાઉમેદ થઈ જાય છે, નવું નવું જાણવાની તેમની તીવ્ર ઉત્કંઠા મંદ પડી જાય છે—તેની પર પાણી ફરી વળે છે અને તેઓ જો બહુ પોચા મનનાં હોય છે તો ધાસ્તીને લીધે પછી વખતોવખત એવા પ્રશ્ન પૂછી શકતાં નથી જેથી પોતાની જિજ્ઞાસા વૃત્તિ વડે તેમને જે લાલ થવાનો હોય, અને શોધક મુશ્કિલી

સંશ્લેષિ થવાની હોય તેનાપર હમેશને માટે ઠાંકણું દેવાય છે તથા તેમનો જીવસો દબાઈ જતાં તેઓ સુસ્ત અને ઠાંકમોઠ સરખાં રહી જાય છે કેમકે નાનપણમાં તેમને જેવી ને જેટલી જિજ્ઞાસા હોય છે તેવી ને તેટલી જિજ્ઞાસા મોટપણે રહી શકતી નથી.

વસ્તુસ્થિતિ આ પ્રમાણે હોવાથી આજકાલ નવું નવું જાણવા માટે પ્રશ્નો પૂછે ત્યારે માયાએ તેમને તરછોડી નાખવાં કે હસી કાઢવાં જોઈતાં નથી.

આજકાલે રમવા માટે રમકડાં આપ્યાં હોય તેની અંદર શું છે તે જાણવાની જિજ્ઞાસાથી કાંઈ વખત તે તેને લાંગી તોડી નાખે ત્યારે તેમને ધમકાવવાં કે મારવાં ન જોઈએ, તેમજ એવી દરેક યોગ્ય છોટી જોવી તથા તેનો સ્પર્શ કરવો નહીં એમ પણ તેમને કહેવું ઘટવું નથી, કેમકે આજકાલ કુદરતી વસ્તુથી તે વિરુદ્ધ છે. આજકાલની જિજ્ઞાસા કંઈ દિશામાં કામ કરે છે, તે તપાસી તેની તેવી વૃત્તિને ઘટવું ઉતેજન આપવું એ અવશ્યનું છે, કેમકે એવી જિજ્ઞાસા એ કાંઈ તોફાન કે અનાડીપણું નથી. આજકાલે અતોપ ઉપર તેવી રીતે માયાજીપણે જવાબ આપીને તેની જિજ્ઞાસાને નૃપ્ત કરવો એ માયા-પત્ની ખાસ કરજ છે.

અચ્ચું છેક નાનું હોય છે ત્યારે જીવતી ગાય અને ગાયનું ચિત્ર એ બે વચ્ચે તેને સજીવ નિર્જીવનો તફાવત જણાવતો નથી. નાનું કે મોટું, દૂર કે નજીક, કઠણ કે નરમ, સુવાણું કે ખડખડું અને ટાડું કે ઉનું એ સવશું તેના મનથી સરખું છે. તે અંદરને પોતાના હાથમાં લેવાને ઇચ્છે છે, તળાવમાં બેસવાનું મન કરે છે, પોતાની આંગળી બળતા દીવામાં નાખવા માગે છે, ને જે મળે તે મોઢામાં મૂકે છે પણ તે સાકર હોય કે સોમલ હોય! આટલા ઉપરથી તે મૂર્ખ છે એમ સમ-

જવાનું નથી, પણ તેના તદ્દત અને અસરનો તેને ખીલકુલ અનુભવ થયેલો હોતો નથી, એનું જ એ પરિણામ છે. કાંઈ અવાજ થશે એવી આશાથી ચમચો મોઢામાં નાખીને તે પુકે છે, અથવા તેનો સ્વાદ લેવાને તેને ચાટે છે ! આશરે એ વરસની વસનું થતાં સુધીમાં તેને તેમની બાબતો વિશે થોડુંક જ્ઞાન થાય છે.

ચંચળ વૃત્તિનાં છોકરાં ઘરમાં ઘણી વાર ઉથલપાથલ અને વેરલુખેરલુ કરો મૂકે છે. ઘરમાં તેનાથી કાંઈ છાની છપની ચીજ મૂકી હોય તે સંતાડેલી ચીજ ખાંખાખોળા કરીને તેઓ ખોળી કાઢે છે, અને એ રીતે જોતાં બાળકો એ ઘરમાં છુપી પોલીસની ગરજ સારે છે ! ઘરમાં પોતે મૂકેલી એવી કાંઈ પણ ચીજ માબાપને કોઈ વાર વિસ્મૃતિથી હાથ આવતી ન હોય તો પોતાના બાળકને પૂછવાથી તે કંઈ જગોએ પડેલી છે, તે ઘણી વાર તેઓ બતાવી આપે છે, ત્યારે માબાપને બહુ અગત્યથી ઉપજે છે કે એ વસ્તુ ત્યાં છે એમ આ બાળકને શી રીતે માલુમ પડ્યું હશે !

બાળક જે સલાહ પૂછે તે વિષેની વાસ્તવિક હકિકત માબાપ જાણતાં ન હોય તો પોતાની અજ્ઞાનતા છુપાવવા માટે તેના ખોટા જવાબ આપીને તેને ખોટું રસ્તે દોરવાં, ઉડાવવાં અથવા ખોટા જોમમાં નાખવા સરખું તેઓએ કરવું નહીં જોઈએ. પ્રસંગે પ્રસંગે વિધવિધ બતાવનાં કારણ બાળક જ્યારે પૂછે છે ત્યારે ઘણાંખરાં માબાપો તેના કેવી રીતના ખુલાસા કરીને ખોટી ખીના તેમના મનમાં ડસાવે છે તેના થોડા દાખલા આ નીચે આપવામાં આવ્યા છે.

જ્યારે મે ગાજે ત્યારે એ શું થાય છે, એમ બાળક જાણવા માટે પૂછે છે ત્યારે તેને જવાબ આપે છે કે એ તો ભગવાન મનમાં ગેડી દડે રમે છે, તેનો એવો ગડગડાટ થાય છે ! વિજળી થાય ત્યારે કહે છે કે આકાશમાં દેવો તથા દાનવો એક ખીજ સાથે લડતાં રણભૂમિમાં સમશેરની સમણા સમણ થાય છે ! મેઘવૃષ્ટિ થાય છે ત્યારે કહે છે કે પરમેશ્વરના



તળાવમાં મોટું બાકાઈ પડતાં તેમાંથી થોડું પાણી જમીનપર આવી પડ્યું અથવા વાદળાંઓ પૃથ્વીપર આવી પાણી ભરી ગયેલી તેનાં ખેડાં અકસ્માતથી આકાશમાં ફૂટી ગયાં તેથી તે પાણી ટોળાખંને પૃથ્વીપર પાછું આવ્યું. આડાં વાદળાં આવી ગયાથી ચંદ્રમા થોડી વાર ન દેખાય તો કહેછે કે ચાંદો દૂધ પીવા ગયો ! ધરતીકંપ થાય ત્યારે કહેછે કે પાતાળમાં રહેલા ગેષનામે પોતાનું પૂછડું જરા હલાવ્યું ! ચંદ્ર અથવા સૂર્યનું ગ્રહણ થાય ત્યારે કહેછે કે ચાંદો અથવા સુરજ કોઈ બાબતના કોઈના જમીન ચમાછે, તે જમીનનું પાણી દેવાની તાકીદ કરવા ભંગીઓ તેની સામે જમીને ઉભો રહેછે, એટલે તે મક્કીન માલુસની છાયા પડવાથી ચાંદો અથવા સુરજ કાળો મેશ્સ સરખો થઈ ગયો ! ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ.

બાળકોના એવા એવા પ્રશ્નોના મથાર્થ ઉત્તર ઉચ્ચ પ્રકારની કેળવણીના અભાવે જે જે માઆપથી આપી શકાય તેમ ન હોય તેમણે એવી ભળતી રીતે કહીને તેમને ન ભમાવનાં સ્પષ્ટ કહેવું જોઈએ કે એ બાબતની ખરી હકિકત અમારા જાણવામાં નથી, તેથી તમારી શંકાનું નિવારણ અમારાથી થઈ શકે તેમ નથી, અગર કોઈ જ્ઞાતાને પૂછીને તે બાબતનો ખુલાસો આપી શકાય તેમ હોય તો તેમ કરીને તેનો ખરો જવાબ આપવો પણ તેમ જો ન બને તો તેમને ચોખ્ખું કહેવું જોઈએ કે તમે ભણી ગણીને બરાબર હોંશિયાર થશો ત્યારે એ બાબતની ખરી હકિકત તમારા જાણવામાં આવશે. હમણા ધીરજ રાખો.

## અવલોકન શક્તિ.

કોઈ પણ વસ્તુની શાંત ચિત્તથી લક્ષ્યપૂર્વક નિરીક્ષા કરવી તેનું નામ અવલોકન કહેવાય છે. અવલોકનશક્તિ એ એક ઉત્તમ ગુરુ છે. બાળકમાં જિજ્ઞાસાવૃત્તિ તથા અવલોકનશક્તિ બળવાન હોય છે, તે તેમની કેળવણીના પાયારૂપ છે, અને તે વડેજ ત્રણ ચાર વરસની ઉંમર થતાં સુધીમાં ઘરની તથા બહારની ઘણી ચીજોનાં નામ તથા તેનો શી રીતે ઉપયોગ થાય છે તેનું તેઓ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરે છે. મહાવરાથા એ શક્તિ જેમ ખીલે તેમ તે વધારે હોંશિયાર થાય છે, તથા ધીમેધીમે અનુમાન કરતાં પણ શીખે છે.

બાળકોને ગમે તે પદાર્થના પ્રત્યક્ષ દર્શનથી જેટલું શિક્ષણ આપી શકાય છે તથા છાપ પાડી શકાય છે, તેટલું માત્ર મોઢાના લાપણુથી, મોટે ગોખાવવાથી કે ચોપડીઓ વંચાવવાથી કદા પણ થઈ શકતું નથી. પ્રથમ પદાર્થ બતાવી પછી તે વિષે જ્ઞાન આપવું. શબ્દજ્ઞાન કરતાં વસ્તુજ્ઞાન ઉત્તમ છે, જેથી જે ચીજ વિષે તેને જ્ઞાન આપવું હોય તે ચીજ તેની સામે બનતાં સુધી પ્રત્યક્ષ કરવી જોઈએ. લોહચુંબક જેમ પોલાદને બરાબર પકડી રાખે છે તે પ્રમાણે બાળક પ્રત્યક્ષ ચીજને જોઈને તે વિષેનું જ્ઞાન સંપાદન કરે છે. જે બાળકે મધમાખ કે મધપુડો કદી જોયેલ નહીં હોય તેની પાસે એ વિષેનું ગમે તેટલું વર્ણન કરવામાં આવે તે તેના મગજમાં યથાર્થ ઉતરે નહીં એ દેખીતું છે.

તોલક કે માપનાં કોણ્ટકો શીખવવાં હોય તો તોલાં ત્રાજવાં, તથા ધૂટ કે ગજ વગેરે સાહિત્ય તેમની સમક્ષ રજુ કરાવે તથા બની શક્યા પ્રમાણે તે વડે તોળાવી અથવા મપાવીને શીખવવાં જોઈએ.

દરિયો, પર્વત, આગબોટ, આગગાડી, કપાસ પીકવાના, સૂતર કાંતવાના અને લૂગડાં વણવાના સંઘ્યા અને જાપખાનું વગેરે એક વાર પણ નજરે જોયા વિના તેનો જોઈએ તેવો ખ્યાલ આળકોને માત્ર મોઢાની વાતથી આવી શકતો નથી. મોઢાની વાતથી ઘણી વખત પોપટીયું જ્ઞાન મળેછે, માટે પ્રસંગ મળ્યાથી અથવા અને તો પ્રસંગ મેળવીને આળકોને તે નજરે અતાવવાની માયાપોએ તક લેવી જોઈએ.

ગાય, બેંસ, ઘોડા, હાથી, બકરાં વગેરે વગેરે મુખ્ય પશુઓ, તેમજ જૂદી જૂદી જાતનાં પંખીઓ નજરે અતાવવાં. સિંહ અને વાઘ વગેરે વનચરો કોઈ સંપ્રદસ્થાનમાં હોય તો તે નજરે દેખાડવાં, તેમજ હરણુ, વાંદરાં વગેરે પણ મળ્યાથી આળકોને પ્રત્યક્ષ દેખાડવાં. જે તેવો યોગ કદાપિ ન મળે તો પછી તેવાં રમકડાં કે હેવટ તેનાં ચિત્રો દેખાડવાં.

ગામ બહાર તથા બાગબગીચામાં આળકોને લેઈ જઈને જૂદી જૂદી જાતનાં ઝાડ, છાંડ, વેલા, ફળ, ફૂલ, પાંદડાં અને શાકભાજી વગેરે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારની વનસ્પતિઓ વગેરેનું તેમને અવલોકન કરાવવું જોઈએ.

ખેતરમાં કાંઈ જઈ જૂદીજૂદી જાતનાં અનાજ અને કપાસ વગેરે અતાવવાં. અનાજની કાપણી શી રીતે કરેછે, કલસલામાંથી દાણા છૂટા શી રીતે પાડેછે, શેરડી શી રીતે પીડેછે, વગેરે ખેતીવાડીનું તેમને સામાન્ય જ્ઞાન આપવું. ખેતીવાડીનાં ઓખર કેવાં કેવાં થાયછે તે નજરે અતાવીને તેમનાં નામ શીખવવાં, તથા તેનો ઉપયોગ કેવી રીતે થાયછે તે અને ત્યારે પ્રત્યક્ષ અતાવવું. શહેરનાં કેટલાંક છોકરાંને દાતરડાં કેવાં થાયછે તેની પણ ખબર હોતી નથી ! મુજબ જેવા મોટા નગરમાં માળામાં વસતાં હોય તેવાં બિચારાં આળકોને જૂદી જગ્યામાં રમવાની, અવલોકન કરવાની તથા ખુદ્દી હવાનો લાભ લેઈને પોતાની તનદુરસ્તી સુધારવાની તક ભાગ્યેજ મળી શકેછે. તેઓ એ માળાડપી પીંજરામાં એ



પગનાં પાણુ પાંખ વગરનાં પક્ષી જેવાં સદા પુરાએલાં રહેછે. એવા ન-ગરની મોટા ઘરની એક ગર્ભશ્રીમંત શેઠાણીએ કોમળે પૂછ્યું હતું કે ઘઉંનાં કુદો તે કેવડાંક મોટાં થતાં હશે !!

જૂદીજૂદી જાતનાં કારખાનાં, સંગ્રહસ્થાન, દેવાલયો અને પાળીયા વગેરે આગકને નજરે દેખાડવાં. કુંભારવાડે લેઇ જઇને કુંભારહામ, ઇંટા તથા નળીયાં વગેરે કેમ બનાવેછે તથા પકવેછે, ઘાંચીવાડે લેઇ જઇને તલ કેમ પીકાયછે વગેરે જૂદીજૂદી ચીજોના કારીગરોને ત્યાં જઇ તેમની કારીગરી બતાવવી તે તે વિશે જોઇતું જ્ઞાન આપવું.

ઉદ્યમ તથા અસ્ત પામતાં સ્પર્ધની ખૂબી આગકને પ્રત્યક્ષ બતાવવી. રાત્રે આકાશમાં પ્રકાશ પામતાં ચંદ્ર, તારા અને ગ્રહો બતાવવા.

ઘરમાં ઘરની જૂદીજૂદી જાતની ચીજો બતાવવી; અને રૂપિયા, અરધા, પાવલી, ખેચાની, એકચાની, ઢળુ, પૈસો, અરધો પૈસો અને પાઇ વગેરે નાણું નજરે બતાવવું, તથા તેપરથી તે બાબતના હિસાબ વગેરેનું જોઇતું જ્ઞાન આપવું.

## સ્મરણશક્તિ.

બાળકની કેળવણીને અંગે જિજ્ઞાસાવૃત્તિ અને અવલોકન વગેરે શક્તિઓની અગત્ય છે તથા તેની સાથે સારી સ્મરણશક્તિની પણ ધણી જરૂર છે. સ્મરણશક્તિ આદિ ધણી શક્તિઓનો મુખ્ય આધાર ધ્યાન શક્તિ ઉપર રહેલો હોવાથી તે શક્તિ સર્વોપરી ગણાય છે. એ ધ્યાનશક્તિ કોઇ વાર બીજા કામ પાછળ બહુ રોકાઇ ગયેલી હોય તો તે સમયે બીજા માનસિક શક્તિઓ નિરપયોગી થઇ પડે છે. દાખલા તરીકે જોઇએ તો કોઇ વખત કોઇ માણસનું ધ્યાન જ્યારે બીજા બાબતમાં ધણું પરોવાઇ ગયેલું હોય છે, તે વખત તેની નજીકમાં થી-માળના ટકોરા વાગે કે થોડેધણે છેટે તોપનો અવાજ થાય અથવા તેમની સમીપમાં કોઇ માણસો મોટેથી વાત કરતાં હોય તેમાંનું કોઇ પણ તે જોતે કાને સાંભળતું નથી, તેમજ એવી સ્થિતિમાં બીજાની સામે તેની આંખો બંધે ઉઘાડી હોય તોપણ તે જોતી આંખે તેમને જોઇ શકતું નથી ! સુપ્રસિધ્ધ વિદ્વાન સર આર્થરેક ન્યુટનના સંબંધમાં એક વાત એવી કહેવામાં આવે છે કે એક વાર તેને તરીમાં એક ઇંડું પાંચ મિનિટ સુધી ઉકાળવું હતું, પરંતુ તેનું ચિત્ત તે પ્રસંગે બીજા કોઇ અવસ્થાની બાબતમાં બહુજ રોકાઇ ગયેલું હોવાથી તેણે એ ઇંડાને બદલે પોતાની થીયાળ ચુલે ચડાવેલી તરીમાં નાખી તથા એ ઇંડાને ઘડયાળ સમજીને પાંચ મિનિટ ક્યારે પૂરી થાય છે તે જોવા માટે તેને હાથમાં પકડીને તે રાહ જોતાં મોડો હતો, તેવામાં તેની ચાકરડી ત્યાં આવી પહોંચી, તેની સાથે એ વિરે વાતચીત થતાં તેને પોતાની ભૂલ સમજાઇ ! એ બધાંને બેધ્યાન-પણાનાં પરિણામ સમજવાં. આ ઉપરથી સ્પષ્ટ સમજવામાં આવશે કે બાળકોને પોતાના દરેક કામમાં બરાબર ધ્યાન રાખવાની ટેવ પાડવી જોઇએ, કેમકે જો તેઓ પૂરતા ધ્યાન વગર કોઇ સાંભળે તો તે તેમને લાંબા

વખત સુધી સાંભરે નહીં. ધણાંખરાં નાનાં બાળકો ઘણી બાબતો સારી રીતે યાદ રાખી શકેછે, તેનું કારણ તેઓ બીજાનું કહેલું બરાબર ખ્યાન પૂર્વક સાંભળેછે તેજ છે, અને એજ કારણથી યુવાન કરતાં બાળક યાદ-દાસ્તમાં ચડેછે. ઘરમાં અમુક ચીજ ક્યાં પડેલી છે તે ઘણી વાર માખાપ કરતાં તેમનાં બાળકો વધારે જાણતાં હોયછે !

સાંભળેલું સ્મરણમાં રહેછે તેના કરતાં નજરે જોએલું વધારે યાદ રહેછે. અમુક વાત વાંચેલી હોય તેના કરતાં તે પોતાના હાથથી લખેલી હોય તે વધારે વખત પર્થત સાંભરેછે. જે વાતની પુનરાવૃત્તિ થાય, જે વિષે વિવેચન થાય, જે જોખવામાં આવે, જે વાત વાંચી કે સાંભળી હોય તે બીજે દિવસે પાછી યાદ કરી જોવામાં આવે, હરકાઇ વાત જ્યારે અવકાશ મળે ત્યારે તેને ફરીથી યાદ કરવામાં આવે તેથી તે વિશેષ વખત સુધી સ્મરણમાં રહેછે. કોઇ કોઇ માણસની યાદશક્તિ એટલી તો પ્રબળ હોયછે કે તેઓ કોઇ બીના એકાદ બે વાર ખ્યાનથી વાંચે કે સાંભળે તો તે પછી કવચિત્તજ વિસરી જાયછે. દાકતર રાશબિહારી ધોશની સ્મરણ શક્તિના સંબંધમાં એવું કહેવાયેલું છે કે કોઇ પણ અગ્નિદ્યુત સ્થળ એક વાર જોયું, કે એક રસ્તો એક વાર નજરે પડ્યો તે બીલકુલ ભૂલે નહીં.

બાળકની શાબ્દિક સ્મરણશક્તિ નાનપણમાં વિશેષ તીવ્ર ને સખળ હોયછે તેથી પોતાની માતૃભાષા તે ઘણી સહેલાઇથી શીખી જાયછે.

સામાન્ય રીતે જોઇએ તો ભણેલાં કરતાં અભણ માણસોની યાદદાસ્ત અધિક હોયછે. શહેરીઓ કરતાં ગામડીઆ લોકોની સ્મરણશક્તિ સારી હોયછે. શરીરે મજબૂત હોય તેના કરતાં નાબુક પ્રકૃતિવાળા યાદશક્તિમાં ચડતા હોયછે. દેખતાં કરતાં આંધળાઓ વિશેષ સ્મરણ શક્તિવાળાં જોવામાં આવેછે. બાળક આશરે તેર ચૌદ વરસનું થાય ત્યાંસુધી તેની યાદશક્તિનું જોર ખીલેછે અને

પછી તે તેની ઉમર વધતાં જરાજરા મંદ થતું જાય છે. બાળકનું મગજ સવારના આશરે આઠ બળ્યાર્થી અગિયાર બળ્યા સુધીમાં એટલે સુમારે ત્રણ કલાક સુધી વધારે અંચળ તથા વધારે નિર્મળ હોય છે, તેવા વખતમાં તે જે શીખે તે તેને વધારે યાદ રહે છે.

જેમ સઘળી વાતની હદ હોય છે તેમ યાદદાસ્તના ઉપયોગની પણ હદ હોવી જોઈએ. હદ ઉપરાંત ગોખવાથી તે શક્તિ ઉપરાંત વિદ્યાભ્યાસ કરવાથી સ્મરણશક્તિ ત્રણી થઈ જાય છે, તેથી એવાં બાળકો જેમ નવું શીખતાં જાય છે તેમ જૂનું જૂલતાં જાય છે ! વળી માણસ જેમ મોટું થતું જાય, થરકું થતું જાય તેમ તેની સ્મરણશક્તિ સ્વાભાવિક રીતે શિથિળ પડતી જાય છે. ત્રણ આધા કરવાથી યાદશક્તિ ઓછી થાય છે. વર્તમાન પત્રો વારંવાર વાંચ્યા કરવાથી પણ સ્મરણશક્તિ ઘટી જાય છે, કેમકે તેમાં ત્રણે મોટે ભાગે ઝાઝો વખત યાદ ન રાખવા જેવી, તેમજ ઝાઝો વખત યાદ ન રહે તેવી બાબતો આવે છે, જેથી તે વાંચવામાં આવ્યા પછી થોડાજ વખતમાં વિસરી જવાય છે; અર્થાત્ યાદદાસ્ત ક્ષણિક સરખી થઈ જાય છે. અમુક માણસે ત્રણચાર દિવસ અગાઉ અમુક દિવસે શેનું શાક ખાધું હતું તે તેને જેમ કવચિતજ યાદ હોય છે તેમજ વર્તમાનપત્ર (ન્યુસપેપર) વાંચનારમાંના ઘણા જણને જો પૂછવામાં આવે કે આજે તેમાં કંઈ કંઈ બાબતો વિશે શું શું વાંચ્યું તે કહો તો તેઓ વિચારમાં પડી જશે, અને તેમાંની હકિકત તાત્કાલિક તેમને બહુ થોડી યાદ આવશે. “અબ્બી ખાંચ્યા ઔર અબ્બી ચૂક ગયા” એના સરખું થશે.

જોઈતું ધ્યાન આપ્યા વગર જે બાળક પોતાનો પાદ બહુ ઉતાવળથી વાંચી જાય છે તે તેને પછી થોડાજ યાદ રહે છે.

જે વાત ગમતી ન હોય તે બરાબર યાદ રહેતી નથી, તેમજ જે વિષય મનને રુચીતો કે સમજાતો ન હોય તે પણ જાણ વખત યાદ રહેતો નથી. સમજ્યા વગરનું 'ગોખાવવું' અને ઐતિહાસિક વંશાવળીઓ અને સાલો સંખ્યાબધ ગોખાવવી, સમજ્યા વગરના સંસ્કૃતનાં સ્તોત્રો મોઢે કરાવવાં, એવા પોપટીયા જ્ઞાનથી સ્મરણશક્તિ મંદ પડી જાય છે. અર્થ સમજ્યા વગરની કવિતા મોઢે કરાવવી તેથી જે કે સ્મરણશક્તિને કાંઈક કસરત મળે છે ખરી, પરંતુ એવી ગોખણપટીની કસરત કામની નથી, કેમકે તેથી મનને વધારે પડતો શ્રમ પડે છે તથા કંટાળો ઉપજે છે. એવા પોપટપંડિત 'ફાનોગ્રાફ' (સ્વરધારણ યંત્ર) જેવા ગણાય છે.

બાળકની સ્મરણશક્તિ ઉપર અણુઘટતો તેમજ હદ વગરનો બોળે પડ્યાથી જેમ મનની ખીલવટ થતી નથી તેમજ એ શક્તિ ધીમેધીમે મંદ પડી જતાં પછી સાદી કવિતા કે સાદી વાત પણ બાળકને વધારે વાર સુધી યાદ રહી શકતી નથી, ને આગળ ઉપર હોંશિયાર થશે એવી લાવિષ્યની આશા આપનાર કેટલાંક અંગ્રજ બાળકો બોથડ જેવાં બની જાય છે.

લખવાની અને છાપવાની કળા નીકળ્યાથી મગજ ઉપરનો બોળે ઘણું ભાગે ઓછો થયો છે ખરો, પણ પરિણામે તેથી યાદશક્તિ નબળી થઈ છે. હવે માણસો પોતાને કરવાનાં કામો ઘણી વખત પોતાની 'નોટ-બુક' માં નોંધી રાખે છે, તો કોઈ અમુક વાત યાદ રહેવા માટે પોતાના અંગરખાની કસે કે રમાલે ગાંઠ વાળે છે ! ખરી રીતે જોઈએ તો પોતાને કરવાની બાબતો મોટે યાદ રાખવાની દેવ પાડવી એજ ઉત્તમ માર્ગ છે. લેખનકળાની શોધ થઈ તે પહેલાં આ દેશના પંડિતો પવિત્ર વેદને વગર સમજ્યે પણ ગોખીને પેઢી દર પેઢી મોઢે રાખતા હતા, તેજ પ્રમાણે ગ્રીક લોકો

પણ પોતાનાં અતિશે માનીતાં ને પ્રજાપ્રિય કાવ્યોનો મુખપાઠ કરીને તેને નાચુદ થવા દેતા નહોતા.

કેટલીક વાત સાંભારીએ તે સમયે સાંભરતી નથી ત્યારે લોકો કહેછે કે તે અત્યારે હંચે છે પણ હોડે નથી ! પણ એ વાત પછી કોઈ ટાણે અનાયાસે આપોઆપ માદ આવી જાયછે ! કેટલીક વાત સ્વ-ખાવસ્થામાં સાંભરેછે પણ તે પાછી જાગ્રત સ્થિતિમાં ભૂલી જવાય છે. કોઈ કોઈ વાત ઘણી લાંબી મુદતની માંદગી ભોગવી ઉઠ્યા પછી તનમનની નિર્બળ સ્થિતિમાં એની મેળે સાંભરી આવેછે, તો કોઈ વર્ષોનાં વર્ષો વિત્યાં પહેલાંની અમુક વિસરી ગયેલી વાત અવસાન કાળે, જાણે તે તાજી જની હોય તેવી રીતે માદ આવેછે !

માદદાસ્તના અવધાન કરનાર પોતાની અદ્ભૂત માદશક્તિથી લોકોને સાનંદાશ્ચર્ય પમાડીને તેમની પાસેથી ઘણા પૈસા પ્રાપ્ત કરી શકેછે. શાંત ચિત્ત રાખીને સતત મહાવરો કરવાથી સ્મરણ શક્તિને ખીસવી શકાયછે.

## નકલી બાળક.

નાનાં બાળકોમાં બીજની બોલીચાલી, અવાજ, ટેવ, રીતભાત અને લક્ષણ વગેરેનું અનુકરણ કરવાની જેટલી શક્તિ છે, તેટલી મોટી ઉમરના માણસોમાં કે બીજાં પ્રાણીઓમાં કદી જોવામાં આવતી નથી, બીજનું જોઈને તેજ પ્રમાણે જાતે નકલ કરવાની તેમનામાં સ્વાભાવિક વૃત્તિ છે. નકલ કરવાની બચ્ચાંમાં બહુજ શક્તિ છે, તેથીજ તે ખાતાં પીતાં, બોલતાં ચાલતાં ને પહેરતાં ઓઢતાં વગેરે જલદી શીખી જાય છે.

બોલતાં પૂરું ન શીખ્યાં હોય તેવાં નાનકડાં બાળકો કૃતરાં ને બિલાડાં જોવાના અવાજ સાંભળીને તેવા આબેહુબ અવાજ કરે છે, એ જોઈને ઘણા માણસોને નવાઈ ઉપજે છે.

બચ્ચાંની વર્તણૂકનો પાયો અનુકરણથીજ નખાતો હોવાથી ઉત્તમ રીતભાત ને ઉત્તમ આચરણ તેમના જોવામાં આવ્યાં કરે તો તેઓ પોતાની અનુકરણ શક્તિથી તેવું શીખે છે, તથા તે તેમની ભવિષ્યની ઉન્નતિ કરવામાં ઘણીજ ઉપયોગી થઈ પડે છે. માખાપનાં અથવા આળુબાળુનાં માણસોનાં કુલક્ષણ, કુટેવ કે ખોડખાંપણ તેમની દ્રષ્ટિએ બીલકુલ ન પડે તેવી માખાપે બરાબર સાવચેતી રાખવી જોઈએ, કેમકે સારા કરતાં નહારા દાખલાની નકલ કરવામાં તેઓ કુદરતી રીતેજ વધારે લલચાય છે.

તેઓ બોલવા શીખે ને જેમ જેમ મોટાં થતાં જાય તેમ તેમ માખાપ, ભાઈભાંડુ, આડોશીપાડોશી, સગાંવહાણાં તથા મહેતાજી વગેરેનાં અવાજ, આદત, આચરણ તથા હાવભાવ ને શબ્દો વગેરેની આખાદ નકલ કરીને ખૂબ ગમત ને આનંદ મેળવે છે. આબેહુબ અનુકરણ કરવાની શક્તિથી એક નાટકી કે બેલાડી તરીકે આગળ પડી નાનાં બાળકો મોટાં માણસોને પણ ઘણો આનંદ ઉપજાવે છે.

ઘડીકમાં લાકડીનો ઘોડો કરી ઘોડેસ્વાર થાય, ઘડીકમાં ઘોડાની પેઠે ખોખારવા મંડી જાય, ઘડીકમાં નિશાળીઓ થાય, ઘડીકમાં મહેતાજી બની જાય, ઘડીકમાં રાજા બની જાય, તો ઘડીકમાં વેપારી કે ફેરીઓ થઇ માલ વેચવા આવ્યો હોય તેમ લલકારીને સાદ પાડે, કે હ્યોરે ખોર કે હ્યોરે કોઇ જાણુ! વળી ઘડીકમાં લીલામવાળો થઇ જૂદીજૂદી જાતની ચીજો લીલામ કરતો હોય એમ બોલે. એક ઘડીએ બાવો થાય તો બીજી ઘડીએ ટાપીવાળો-જાંગલો બની જાય! ઘડીમાં રેતી કે માટીનાં ઘર બનાવે, ઘડીમાં તેને પાછાં પાડી નાંખે! તો ઘડીમાં દીંગણા દીંગણીનાં લગ્ન કરી આપે! એમ ઘડીઘડીના ને સમય સમયના તેના જૂદાજૂદા રંગ જોવામાં આવેછે. રમૂજ ને ટીખળ કરવાનું તેને કુદરતી રીતેજ થાયું ગમેછે. પોતાના સહવાસમાં રહેનાર અમુક માણસ જેવી રીતે કપડાં પહેરતાં હોય, ચાલતાં હોય, હસતાં હોય, બોલતાં હોય, ખાતાં હોય, પીતાં હોય, ઉધરસ કે છીંક ખાતાં હોય, કામકાજ કે વિવેક કરતાં હોય તેની તે આબેહુબ નકલ કરેછે. આ દુનિયાનું ઘણું ઘણું પ્રકારનું આવહારિક જ્ઞાન તે તેની નકલ કરીને સંપાદન કરેછે.





## સૃષ્ટિસૌંદર્ય.

સૃષ્ટિસૌંદર્ય મનુષ્યના મનને જેટલું આનંદમય ને પ્રફુલ્લ કરેછે, તેટલું ગમે તેવી મનુષ્યકળા ને કારીગરી કદા પણ કરી શકતી નથી. સૃષ્ટિસૌંદર્ય એ ધૃત્વરત્ની અગાધ શક્તિનું, અનંત લીલાનું, તરેહતરેહની અસંખ્ય ખૂબીઓનું તથા વિચિત્ર રચનાનું જ્ઞાનનું ભાન કરાવેછે. સૃષ્ટિસૌંદર્ય નિરખવાથી—નીલાગવાથી—અવલોકવાથી બહુ મજા પડેછે, કુદરતી શાંતિ અને આનંદ અનુભવાયછે અને એવી મક્તની ને નદોષ મોજ લૂટવા માટે મનુષ્યનું અંતઃકરણ અનિવાર્ય રીતે આકર્ષાય એમાં જરાએ આશ્ચર્ય પામવા સરખું નથી.

જગત્તમાં જઈને જોઈએ તો આસપાસનો દેખાવ ઘણાજ રમણીય ને મનોહર થઈ પડેછે. રંગમેરંગી અને તરેહ તરેહનાં સુંદર પુષ્પો એવી વનવાટિકામાં ફેંકાણું ફેંકાણું આવી રહેલાં હોય, તેની મીઠી અને મધુરી સુગંધ આસપાસના પ્રદેશને સુવાસિત કરતાં મનુષ્યના મગજને તર થવાનું અને ઘ્રાણેન્દ્રિયને ઉત્તમ ધોરે પૂરે પાડવાનું સાધનરૂપ થઈ પડી હોય, કદળી આદિનાં પત્રો કુદરતના વિજય વાવટાની પેઠે આમતેમ ફરકી રહ્યાં હોય, વાયુના વાવાથી થતાં પાંદડાંઓનો ખડખડાટ તેમજ વિધવિધ જાતનાં, વિધવિધ રંગનાં, વિધવિધ ગુણના, વિધવિધ આકૃતિનાં અને વિધવિધ સ્વાદનાં ફળો ને ફૂલો, વિધવિધ પ્રકારના મેવાઓ, અસંખ્ય પ્રકારની વનસ્પતિઓ ને પ્રથકપ્રથક જાતનાં તડઓ, વેલાઓ, છોડો, વિશાળ વૃક્ષોની ઘટ્ટા, શિતળ છાંયા, શિતળ પવન, વાયુની મંદમંદ શિતળ શ્હરી, વ્યાં પ્રશ્વેદનું નામ નહીં, એવો પ્રદેશ જોવાથી—નીલાગવાથી કેવું ચિત્ત પ્રસન્ન ને પ્રફુલ્લ ન થાય ! તથા કેના અમનું નિવારણ ન થાય ! બુલબુલ, કોયલ, કાકાકોવા, પોપટ અને મોર ઇત્યાદિ નાનાં પ્રકારનાં ને ચિત્રવિચિત્ર રંગના

પક્ષીઓ ખુલ્લું અવાજે ગાઇને-ટાહુકા કરીને અને નાચીને મોજ કરી રહ્યાં હોય, મનોહર કલરવ કરી રહ્યાં હોય, પાંખો ફૂકડાવતાં આમતેમ ઉડી રહ્યાં હોય, કોઇ નીચેથી ઉંચે આકાશ ભણી ગમન કરતાં હોય તો કોઇ ઉપરથી નીચે ઉતરી આવતાં હોય, કોઇ પંખીડાં આ ઝાડપરથી પેલા ઝાડપર અને પેલા ઝાડપરથી આ ઝાડપર આવી બેસતાં હોય, પોતીકા નાના બચ્ચાંઓને સંભાળતાં ને ખવરાવતાં હોય, કોઇ પોતાના માળાઓ ગુંથતાં હોય, પ્રથકપ્રથક પ્રકારની વનસ્પતિપર ભમરાઓ ગુંગરવ કરી રહ્યાં હોય, મૃગો ને સસલા આદિ ઘણી ઘણી જાતના વનચરો જ્યાં ત્યાં ફૂદાફૂદ ને ફેંકફેંક કરીને મજા માણતાં હોય એવા અવલ્લભ દેખાવ કદ્યને સ્વાભાવિક રીતેજ બહુ આનંદજનક થઇ પડેછે.

કોઇ પર્વતના શિખરપર જઇ આબુબાબુના સપાટ પ્રદેશ તરફ ચોમેર દ્રષ્ટીપાત કરવાથી તરેહવાર મનોરંજક દેખાવો જોવામાં આવેછે. ખુદ્શા તેમજ સુકા લીલા પ્રદેશ, માણસો વેંતીઆં વામન સ્વરૂપે અને તળાવ અને નદીનાળાં વગેરે છોક નાનકડાં હોય એવું દેખાયછે ! વળી પર્વતવાળા પ્રદેશમાં નિર્મળ પાણીના ઝરણો ખળખળ અવાજ કરતા વહેતા હોય તેમજ વિવિધ પ્રકારની વનસ્પતિ ઉત્પન્ન થયેલી હોય તેવી જાતજાતની કુદરતની લીલા નીરખવાને એવાં સ્થળ પણ વિશેષ મનોરંજક થાયછે.

સૃષ્ટિના એવા કુદરતી દેખાવ ને ચમત્કાર જોવાનું બાળકોને બહુ ગમેછે અને તેના પ્રદર્શનથી તેમની કદ્યના તેમજ અવલોકન શક્તિ અચ્છી રીતે કેળવાયછે, વળી એવા કુદરતી ને રળિયામણા દેખાવ આંખને ઠંડક આપેછે, ને અંતઃકરણનો તે ઉત્તમ ખોરાક થઇ પડેછે, તેથી વડીલોએ અવકાશ મેળવીને બાળકોને બાગબગીચામાં, જંગલમાં, ખુદ્શા મેદાનમાં, દરિયા કિનારે, નદી કિનારે વગેરે સ્થળે વખતોવખત ફરવા માટે લઇ જવાં જોઇએ, અને પ્રસંગ મળ્યાથી પર્વતવાળા પ્રદેશનું પ્રદર્શન કરાવવું જોઇએ.

નદીમાં પાણીનું પૂર આવે તેના સુસવાટા ને ધ્રુવતા સમુદ્રનાં ઉજળતાં મોજાં, આવ જા કરતાં વહાણો, ચાતુર માસમાં થતાં દીવ્ય રંગના મેઘધનુષ્ય, મેઘગર્જના, વિજળીના ચમકારા ને વરસાદનો ગડગડાટ, વરસાદની વાદળીઓ તથા વિધવિધ રંગનાં વાદળાં વિશે તેમની સાથે છૂટથી વાતચીત કરીને તેમને જ્ઞાન આપતાં રહેવું જોઈએ. ઉગતા તથા આથમતા સૂર્યની વિલક્ષણ શોભા અને નભોમંડળ તેમને બતાવી તે વિશે ઘટતું જ્ઞાન આપીને તેમના આનંદ અને ઉલ્લાસમાં વધારો કરવો યોગ્ય છે.

## વિવેક-વિનય.

વિવેક એ વશીકરણનો પર્યાય છે. “વિવેકો દક્ષમો નિધિઃ” કહેવાય છે. વિવેક અને નમ્રતા એ મોટાઈની ખરી નિશાની છે. વિવેક એ સામાજિક સદગુણનું બાહ્ય સ્વરૂપ છે; એ સદગુણને લીધેજ મનુષ્ય પ્રાણી બીજા પ્રાણીઓથી શ્રેષ્ઠ ગણાય છે. ખરું શું તથા ખોટું શું એ વિવેકબુદ્ધિ વડેજ સમજી શકાય છે. વિવેક વડેજ સામાનું મન રંજીત કરી શકાય છે. અમુક માણસના વિવેક ઉપરથીજ તેની વૃત્તિ, વર્તન ને સમાગમ કેવાં પ્રકારનાં છે તે ધણે દરજ્જે સ્પષ્ટ થાય છે. જ્યાં સારાસારની પરીક્ષા નથી ત્યાં વિવેકનો વાસ હોતો નથી, અને જ્યાં વિવેકની અસ્તિ નથી ત્યાં બીજાં કાંઈ સાર જેવું જણાતું નથી. વિવેકની કિંમત વિદ્યાર્થી પણ વિશેષ આંકવામાં આવે છે. વિવેક ને વિનય વડે ગમે તેવો કદો વેરી પણ કેટલીક વાર વશ થાય છે અને તે શત્રુ મટી જઈ મિત્ર બની જાય છે. વિવેક એ મનુષ્ય માત્રની ખાસ દોલત છે, શણગાર છે, બૂધણ છે. જે વિવેકી છે તેજ કુલીન છે તથા તેજ સદગૃહસ્થ છે.

બાળકો લક્ષણની પેઠે વિવેક પણ પોતાને ઘેરથી, માઆપ પાસેથીજ શીખેછે, તેથી તેઓ બોલવા ચાલવામાં, ખેસવા ઉઠવા વગેરેમાં વિવેકી જણાય તો સમજવું કે તેમનાં માઆપ વિવેકી છે, કેમકે તેઓ માઆપનું તે સંબંધીનું વર્તન જોઈને તેનું અનુકરણ કરનારાં હોયછે.

માઆપમાં જે વિવેકના વાંધા હોય તો તેમનાં છોકરાં અધિનીત નીવડે એમાં કશું આશ્ચર્ય પામવા સરખું નથી.

માણસનો ચહેરો એ ઘણુંકરીને જેમ તેના મનનું સ્વરૂપ સૂચવે છે, તેમ અમુક અકિતના વિવેક ને વચનથી તે ઉંચ છે કે નીચ, હકીકત છે કે ખાનદાન તે સમજાયછે. મોટી વયનાં માણસો પણ ઉત્તમ મનુષ્યના સહવાસમાં વિશેષ કાળ રહે તો ત્યાંથી તેમને બોલવા ચાલવાની હાવકાઈ, વિવેક અને સારી રીતસાતના નીતમ નમુના સદૃશ અપાદન થઈ શકેછે.

“ નમે તે સૌને ગમે ” એ આપણી કહેવત પ્રમાણે વિનયવંત બાળકો સૌને ઘણાંજ બ્રહ્માં લાગેછે, સૌ તેમને અંતઃકરણથી ચાહે છે, તેથી તેમને નાનપણથીજ વિવેકી થવાની ટેવ પાડવી જોઈએ. નાનપણમાં જેવાં સારી ટેવ પડશે તેવી મોટપણે કદીએ પડશે નહીં, જેથી બાળકો બોલવા શીખે, કાંઈ સમજવા લાગે, એટલે તેમને વિનય શીખવવાનું વિવેકી માઆપે શીઝ કરવું જોઈએ. બાળકો મોટાં થયે પોતાનાં માઆપ, બીજાં મોટરાં તથા ગુરુને પગે લાગે, તથા બીજાંને જેને જે પ્રમાણે માન ઘટે તેને તે મુજબ માન આપે એવી સૂચના તેમને પ્રસંગે પ્રસંગે આપવી જોઈએ; વળી તેમને કોઈ બોલાવે તો **હા સાહેબ**, એમ કહીને **આવુંજુઓ**, અથવા **આવ્યોહા**, કરીને ઉત્તર આપે, વાતચીતમાં હા કહેવી હોય તો **હાહા સાહેબ**, અને ના કહેવાની હોય તો **નાહા સાહેબ**, આપની મહેરબાની વગેરે ન્હાં જેમ કહેવું ઘટવું હોય ત્યાં તે પ્રમાણે કહેતાં, નરમાશ રાખતાં અને ઉંચે સ્વરે ન બોલતાં ધીમેથી પણ સમ-

જાય તેવી રીતે સ્પષ્ટ વાતચીત કરતાં તેમજ ઘરમાં કોઈ મળવા માટે આવે તેમને તેઓ ઓળખતાં ન હોય તોપણ આવો, પંચારો, એમ કહીને તેને માન આપે એવું એવું તેમને માખાપે મૂળથીજ શી-ખવતાં રહેવું જોઈએ.

વિવેકી તરીકે ઓળખાવા માટે બાળકોએ પ્રસંગ મળ્યાથી શું કરવું જોઈએ અને શું ન કરવું જોઈએ તે વિષેની આ નીચે સહજ ઇસારા તરીકેની કેટલીએક સૂચના આપવામાં આવેલી છે, તેમાં માખાપને દોકડાલાર પણ નવીન જણાવાનું નથી એવી ખાતરી છે, પરંતુ તે નવા તરીકે બીજાકુલ આપવામાં આવેલ નથી પણ સદજ માદ તરીકેજ આપવાની જરૂર ધારવામાં આવેલી છે, એટલે બુદ્ધાએ અત્ર સ્થાનજ ગણાશે.

**વિવેકી થવા માટે પ્રસંગ મળ્યાથી બાળકોએ શું કરવું જોઈએ?** વડીલ અથવા ગુરૂની પાસે વિનયથી બેસવું. જેમ મોટા સાથે તેમજ પોતાથી ઉતરતી પંક્તિવાળાં માણસ સાથે પણ ઘટતા વિવેકથી ને આદરસન્ધારથી વર્તવું. સૌને ઘટતા માનથી બોલાવવું. કોઈ કોઈ મહેરબાની બતાવે કે અમુક કામ કરી આપે તો તે માટે તેમનો આભાર માનવો. બાંજળના ઉપકારમાં બનતાં સુધી આશુ આવડું, બીજાએ કરેલા ઉપકાર સદા માદ રાખવા અને પોતે બાંજળની ઉપર ઉપકાર કરેલ હોય તો તે બૂલી જવા. પોતાનાં ખાસ સગાંસંબંધી મળે ત્યારે તેમની તથા તેમનાં ઘરનાં બીજાં માણસોની તબીયતની ખબરઅંતર પૂછવી. વયોદૃઢને તથા વિદ્વાનને સદા માન આપનાં રહેવું. માખાપની આજ્ઞા પાળવી. કોઈની સાથે એક નામથી એટલે તું કહીને વાત ન કરતાં તમે અથવા આપ કે આપ સાહેબ એવા શબ્દ વાપરીને તેની સાથે વાત કરવી. પારકી વસ્તુ વાપરવા માટે પોતાને કોઈ વખત જોઈતી હોય તો તે જે ધણીના કબજામાં હોય તેની પાસેથી તે બાબત વિનયથી માગણી કરવી ને તે બુદ્ધીથી આપે તોજ ને લેવી. કોઈ કોઈ બીજા બહોસ

આપે તો પોતાનું ડાકું નમાવી તેને સલામ કરી, તેનો આભાર માનીને હસતે ચહેરે તે ઓળ લેવા. બકાર જતાં ગુરુ, શિક્ષક કે બીજા કોઈ મુરખી મળે તો કાંઈપણ બોલ્યા સિવાય તેમને સવિનય વંદન કે સલામ કરવાની ટેવ રાખવી. કોઈ અજાણ્યું માણસ અમુક સ્થળ તરફ જવાનો માર્ગ પૂછે કે અમુક માણસનું મકાન કઈ તરફ છે તે બતાવવાનું કહે તો તે વિષેની પોતાને માહિતી હોય તે કહેવા. રસ્તામાં ઉભા હોય તેજ જગોપર થઈને કોઈને જવાનું હોય તો પોને કારે જાણી જઈને સામા માણસને માર્ગ કરી આપવો. કોઈના હવામામાંથી કાંઈ ઓળ અકસ્માતથી પડી કે ઉડી જાય તો તે જ્યાં પડી હોય ત્યાંથી ઉપાડીને તેમને પાછી સ્થાપિત કરવી. ગરીબ અને અશક્ત માણસોને પ્રસંગોપાત બનતી સહાય આપતા રહેવું ને સા સાથે મીઠાં વચનથી બોલવું.

**અવિવેકીમાં ન ખપવા માટે શું ન કરવું ?** વડીલ અથવા ગુરુની પાસે પગપર પગ ચડાવીને કે પીઠ કરીને કદી બેસવું નહીં, તથા તેમની સાનિધ્ય પાનસોપારી વગેરે ખાવાં નહીં. કોઈ બોલતાં હોય તેની વચમાં બોલવું નહીં. ઘરના માણસ સિવાય પરાયા પાસે પાછ, પેસો વગેરે કાંઈ માગવું નહીં. બીજાનાં દેખતાં કોઈના કાનમાં વાત કરવી નહીં. રસ્તામાં બૂમજરાણ પાડી બીજાને અણગમો પેદા કરવો નહીં. મોટા ઘાંટા કાઢીને કે રાગડા તાણીને કોઈની સાથે બોલવું નહીં. બહુ બોલમોત્ત કરવું નહીં, કારણ કે બહુ બોલ્યા કરતા હોય તેનાથી વગર વિચાર્યું પણ કેટલીક વાર બોલાઈ જવાયછે. આંધળાં, ધુન્નાં લંગડાં, તોતડાં કે એવી બીજા બોડખાંપણવાળા તરફ હસવું નહીં કે તેમની તે માટે કદી મસ્કરી કરવી નહીં. કોઈના ચાંદુડીયા ચાવવાં નહીં. ચાવી ચાવીને બોલવું નહીં, જે બોલવું તે વિચારીને બોલવું. વિખવાદ થાય એવું બોલવું નહીં. કોઈના ચાળા, ખરાય નામ પાડવાં નહીં. ચાલતાં ચાલતાં કોઈ પડે આખડે કે લપસી જાય તો તે માટે તેમની હાંસી કરવી નહીં. કોઈના ગામડીઆ સરખા

કે એકાગ્ર જણાતા પોશાકને મોટે હાસ્ય કરવું નહીં. બહુ બોલબોલ કરવું નહીં. વગર બોલાવ્યે બોલવું નહીં. વગર અર્થનું બોલવું નહીં. કોઇની સાથે તંત બાંધવો નહીં. કોઇના અવગુણ તેને પોતાને મોટે કહેવા નહીં. જૂઠાને જૂઠા કહેવો નહીં. આંધળાને આંધળો કહેવો નહીં, કેમકે તેમ કહેવું એ અવિવેકમાં ગણાયછે. રૂબરૂમાં કે પાછળથી કોઇની એષ્ટા કે મસ્કરી કરવી નહીં. કોઇને કંટાળો આવે તેવું બોલવું નહીં. કોઇનાં છિદ્ર પ્રકટ કરવાં નહીં. કોઇની સાથે તોછડાઇથી બોલવું નહીં કે ઉંજાજળાપણું કરવું નહીં. ગરીબ, લાચાર કે બીખારીને પણ કદી ધિક્કારવાં નહીં. કોઇને કડવાં વચન કહેવાં નહીં. કોઇને મ્હેણાં દુણાં મારવાં નહીં. કોઇની લાગણી બનતાં સુધી દુખવવી નહીં. વાતચીત કરવી તો તે એવા પ્રકારે કરવી કે તે સામાને મનગમતી થઇ પડે. રસ્તે ચાલતાં કાંઇ ખાવું નહીં. બહાર ઉઘાડા શરીરે તેમજ ઉઘાડે પગે ફરવું નહીં. મોઢું નીચું ધાવીને ચાલવું નહીં. રસ્તામાં સીસોટી વગેરે વગાડવું નહીં. હસતાં હસતાં વાત કરવી નહીં. એ જણુ છાની વાતચીત કરતાં હોય ત્યાં વગર બોલાવ્યે જવું નહીં. એ જણુ વાત કરતાં હોય તેની વચમાં સૂચના થયા વિના બોલવું નહીં. પૂછ્યા વિના જવાબ આપવો નહીં. પોતાને મોટે પોતાનાં વખાણુ કરવાં નહીં. કોઇના ખાતગી પત્ર તેની રજા વિના વાંચવાં નહીં. વગર રજાએ કોઇના ઘરમાં પેસવું નહીં. વગર પરવાનગીએ કોઇની કશી ચીજ લેવી નહીં. મંડળીમાં ખડખડ કે ખુસ્તે મોટે હસવું નહીં, અથવા દાંત ખોતરવા નહીં. આંગળીના ટચાકા ફેડવા નહીં. બગાસું કે છીંક આવે તો મોઢા આડો રમાલ કે હાથ ધર્મી વિના રહેવું નહીં. મોટા અવાજ કરીને છીંકવું નહીં. લીંટ કાઢવું પડે તો મોટા અવાજ કરીને તેમજ બનતાં સુધી બીજાના દેખતાં કાઢવું નહીં. રસ્તામાં કોઇને અડચણુકારક થાય તેવી રીતે ચાલવું કે ઉભા રહેવું નહીં, આપવડાઇ કરવી નહીં.

એવી જરૂર જણાતી સૂચના વખતોવખત તેવો પ્રસંગ મળ્યાથી માળાપે બાળકોને આપતા રહેવું એ બહુ જરૂરનું છે.

પોતાને ઘેર કાંઈ મળવા આવે તેમની સાથે સહુકાંઈથી વર્તવું તથા તેમને આવો કે પધારો, આજે તો આપે ઘણી મહેરબાની કરીને તસ્દી લીધી, વગેરે વગેરે જેમને જે રીતનો ઘટતો હોય તેવો માળાપે આવકાર આપવો, આસન વગેરે આપવું, બારણાં સુધી સામા લેવા જવા સરખું હોય તો તેમ કરવું, ઊભા થવાનું ઘટતું હોય તો ઊભા થઈને માન આપવું ને તે ઘરમાં આવ્યા પછી ખેસે તે પછી પોતે ખેસવું તથા તેમની યોગ્ય આગતાસ્વાગતા કરવી. આવનારનાં ઘરનાં માણસોની અબરઅંતર પૂછવી, પોતાને લાયક કાંઈ કામસેવા હોય તો તે કર-માવવાની વિનંતિ કરવી, પાછા વિદાય થાય ત્યારે ઘરના બારણા કે આંગણા સુધી તેમને વળાવવા જવું તથા આવજો, પધારજો, તસ્દી માફ કરજો, વગેરે મીઠાં વચન વહીને વિવેક બતાવવો. પોતાને ત્યાં નોકર ચાકર હોય તો તેને કામકાજ કરવા માટે હુકમતા રૂપમાં ન કહેતાં જે કામ કરાવવાનું હોય તે કામનું નામ પાડીને તે કરશો ? કે જરા કરેની એમ માયાગુપણે કહેવું. એ પ્રમાણેનું વર્તન માળાપ હમેશાં રાખે તો તેમનાં સંતાનો પણ તે પ્રમાણે બીજાને આદરમાન વગેરે આપતાં શીખે, અને માળાપ જેવાં વિવેકી હોય તેવાં તેમનાં છોકરાં પણ વિવેકી થાય.



## સભ્યતા.

સભ્યતા એ જેમ ગૃહસ્થપણાનું તેમજ માયાળુ અંતઃકરણનું ચિન્હ છે. બીજા ગુણોની પેઠે આ ગુણ પણ માયાપના દાખલાથી બાળકો વધારે શીખેછે. માત્ર સૂચના આપવાથી ભાગ્યેજ શીખેછે. મા તથા બાપ ઘરમાં એક બીજાને ઘટનું માન આપતાં નહીં હોય, અને તકરાર ટાંટો કરતાં હશે તો તેમનાં બાળકો સભ્ય થાય એવી આશા રાખવી એ ફેકટ છે.

ત્યાં સ્વાર્થ હોય ત્યાંજ સભ્યતા વાપરવી, અને ત્યાં સ્વાર્થ ન હોય ત્યાં સભ્યપણે વર્તવાની જરૂર ધારવી નહીં એ એક જાતની દગાઈ સરખું છે.

ઉપરીને માન આપવું, સરખા દરજ્જાવાળાને માન આપવું, પ્રત્યેક મનુષ્યનો તેના દરજ્જા પ્રમાણે આદરસન્ધાર કરવો, પોતાનાં સંતાન સાથે તેમજ ઘરનાં બીજાં માણસો સાથે પણ સભ્યતાપૂર્વક વાતચીત કરવી, તેમજ હક્કમાં હક્ક આકર સાથે તથા ગમે તેવી ઉતરતી પંક્તિના માણસો સાથે પણ સભ્યતાથી વર્તવું તથા તેમના તરફ માનની નજરથી જોવું જોઈએ. કૃત્રિમ ને જાનવાન માણસ તોછાણથી બોલતાં નથી. જાન વિના ભાત પડતી નથી.

કોઈના ગામડીઆ પોશાક માટે, કોઈની અશુદ્ધ બોલી માટે, કોઈની કાંઈ બોલ કે કદરૂપાપણ માટે, વૃષ્ટો જોઈએ તેવી દબાઈથી બોલી કે ચાલી શકતાં ન હોય તે માટે તેમની મક્કરી કરવી કે હસવું નહીં જોઈએ. વળી કોઈ બોલખાંણવાળાં તરફ દીક્રીને જોવું નહીં કે આંખના મીચકારા કરવા નહીં. એક માણસ પોતાનું કહેવું પૂરું કરી રહ્યો ન હોય તે પહેલાં બીજાએ બોલવાનું શરૂ કરવું નહીં જોઈએ, કોઈ કાંઈ પૂછે તેનો કાંઈ પણ જવાબ આપવો જોઈએ. પ્રશ્ન કરવામાં તેમજ જવાબ આપવામાં

સમ્યક્તા રાખવી અને કાંઈ કાંઈ ગુણ કરે તેનો ઉપકાર માન્યા વિના રહેવું નહીં.

વગર ધરાદે પણ કેટલાંક માણસ અસમ્યક દેખાય છે, તેનું કારણ એટલુંજ હોઈ શકે કે તેમને કેટલીક સારી રીતઝાતની ખબર હોતી નથી, અથવા તેને જોઈએ તેવા સંસ્કાર થયેલા હોતા નથી. સમ્યક્તા એ પોતાને માટે સારો મત મેળવવાનું સાધન છે. સમ્યક ને વિવેકી થવામાં ખાસ કાંઈ પૈસા ખર્ચવા પડતા નથી, છતાં તેથી ઘણો લાભ થાય છે. જેમનામાં સ્વાભાવિક રીતે સમ્યક્તા હોય છે તેઓ વગર પરાક્રમે ખ્યાતિ મેળવી શકે છે.

વાતચીત કરવામાં સોગન ખાવા એ ઘણું અસમ્યક છે, “સોગન ખાય તે સઢાય જૂઠું” એવી કહેવત ચાલે છે તે બરાબર છે. વાતચીત કરવામાં ટાહુકા પુરવા કે હાથના ચાળા કરવા નહીં જોઈએ.

પોશાક મેલો, ફોટેલો કે બેડોળ પહેરવો, જાહેર રસ્તાપર પગરખાં વગર ફરવું, ખીજનાં દેખતાં માથું ખંજવાળ્યા કરવું, કાંઈના મકાનપર જઈને પોતાના દરજ્જાને લાપક નહીં એવા આસનપર ચડી બેસવું, બગાસાં ખાવાં, જાહેરમાં થુંકવું અથવા ગળું ખેંચીને અવાજ કરવો, મંડળીમાં સીસોટી વગાડવી, પરામાના દેખતાં કપડાં બદલવાં, ડગલાનાં બટન તથા માથાના વાળનાં લટીઆં ખુદ્દાં રાખી ફરવું, બાળકોને નગ્ન સ્થિતિમાં રાખવાં, ઉધરસ ખાતાં, છીંક ખાતાં અથવા બગાસું ખાતાં મુખ આડું કપડું નહીં રાખવું એ સત્રગું અસમ્યક્તામાં ગણાય છે, જેથી તે પ્રમાણે ન થવા માટે માખાપે પ્રસંગોપાત તે વિષેની ઘટતી સૂચના આપીને તથા પોતાના દાખઝાથી બાળકને સમ્યક થવાનું શીખવવું જોઈએ.

## ગૃહરાજ્ય.

ધર એ નાનું જગત્ અને નાનું રાજ્ય છે. પિતા તેમાં મુકુટ વગરનો રાજા છે; માતા તેની રાણી, મંત્રી સુકાની કે સૂત્રધાર છે, તથા ઘરમાં નિર્વાહ પામતાં બાળબચ્ચાં એ તેમની પ્રજા છે. ધર એ માઆપની અધિકારભૂમિ છે, સ્થાનિક સ્વરાજ્ય 'Home Government' છે, તથા તેમાં એમની અપરિમિત સત્તા છે.

ગૃહરાજ્યમાં ગૃહ કાયદાના ખરડા બ્રિટિશ રાજ્યસભાની પેઠે ત્રણ વાર વંચાતા નથી તથા તેના સંબંધમાં ચર્ચા કે વાદવિવાદ ભાગ્યેજ થાય છે. માઆપને જ્યારે ગમે ત્યારે ધડીના છૂટે ભાગે કાયદો ધડીને પસાર કરવામાં આવે છે, અથવા તેમાં ફેરફાર કરવામાં કે રદ કરવામાં આવે છે.

દેશના રાજની પોતાની વસ્તીપર હકુમત હોય છે, તે કરતાં માઆપનો કેટલીએક બાબતોમાં તેમના બચ્ચાંપરનો અધિકાર વિશેષ તેમજ ઉચ્ચ પ્રકારનો હોય છે; વળી દેશના રાજનું રાજ્ય સામાન્ય રીતે જોતાં તેની પ્રજાના શરીરપર ચાલે છે, ત્યારે માઆપનું રાજ્ય કેટલેક પ્રકારે તેની પ્રજાનાં-સંતાનનાં અંતઃકરણ ઉપર પણ ચાલે છે, અને જે રાજ્યસત્તા અંતઃકરણપર ચાલે તે સત્તા જેવી તેવી ન ગણાય ! પરંતુ એ સત્તાનો ઉપયોગ અસાધારણ પ્રસંગે તથા તે પણ ન છૂટકે કરવો જોઈએ. ત્રાસથી સત્તા ચલાવવી એ કાંઈ કામની નથી.

રાજ્યનો જેમ રાજ્યવહીવટ તેમ ધરનો ધરવહીવટ હોય છે. રાજ્યની જેમ રાજ્યનીતિ તેમ ધરની ધરનીતિ હોય છે; રાજ્યમાં જેમ રાજ્યના કાયદાકાનુન ને ધારાધારણ હોય છે, તેમ ધરના પણ અમુક કાયદાકાનુન ને ધારાધારણ હોય છે, એ કાયદા ને ધારા પ્રજાની મનોવૃત્તિથી વિરુદ્ધ ને સમ્પ્રતાપવાળા થઈ પડે છે તો તેનો અમલ જોઈએ

તેવો તથા સહેલાઈથી થઈ શકતો નથી, અને તે બળાત્કારથી પળાવતાં કાંઈવાર તેથી અંધાધુંધી થઈને પરિણામે બખેડા થવા પામેછે, ને પ્રજા ધણી અસંતુષ્ટ રહેછે. ગૃહરાજ્ય એ રામરાજ્ય જેવું હોવું જોઈએ. તેના ધારા ને નિયમો બહુ થોડા, ટુંકા અને સરળ રાખવા જોઈએ કે જેથી બાળકો તેને સુલભતાથી અનુસરી શકે.

ઘર, એ દુનિયાની શરૂઆત તેમજ છેડા છે. ઘર એ વળી બાળકને કેળવવાની સર્વોત્તમ સંસ્થા છે. સંસાર વ્યાવહારમાં ધણું ઉપયોગી થઈ પડે તેવું ડાહ્યપણ, કળવકળ તથા કામકાજની કામેલીયત ઘરમાંથીજ મૂળ મેળવી શકાયછે. હૃદય તથા બુદ્ધિની ખીલવટ પણ ત્યાંથીજ થવા માંડેછે.

જાહેર શાળાઓ અમુક વારે કે તેહેવારે અને ગરમીની મોસમમાં અમુક અમુક વખત બંધ રહેછે, પરંતુ ગૃહશાળા તો બાળકોને માટે દરરોજ ચોવીશે કલાક ખુલ્લી રહેછે. જે બાળકો બહારની નિશાળે ભણવા જતાં હોય તેઓ પણ તે નિશાળ કરતાં ગૃહશાળામાં પ્રમાણમાં વધારે વખત નિષ્ક્રિયપણે નિર્ગમન કરેછે. ઘરની કેળવણી તેની પ્રજ્ઞના સ્વભાવ, નીતિ રીતિ, વર્તન, વિવેક ને રીતભાત વગેરે ઉપર જોટલી અસર કરેછે તેટલી બીજી કાંઈ પણ બહારની શાળાની કેળવણી અસર કરી શકતી નથી. “ઘર નરને બનાવેછે” એમ જે કહેવાયછે તે મથાર્થ છે. બાળક ભવિષ્યમાં વિશ્વતા બૂપણરૂપ અથવા દુષણરૂપ થાય તેનો વાસ્તવિક આધાર ગૃહરૂપી શિક્ષણમંદિર ઉપર અવલંબી રહેલોછે.

ગૃહરાજ્યમાં માઆપની છત્ર છાયા નીચે બાળક ઉછરેછે, તે રાજ્યમાં ન્યાય, દયા, ક્ષમા, પ્રીતિ ને મમતા આદિ ઉત્તમ ગુણોનો અવિચ્છિન્ન વાસ જોઈએ, તથા તે પ્રમાણે જ્યાં હોય તેજ ખરેખર ગૃહરાજ્ય છે, અને પ્રજાપ્રિય પણ તેવુંજ રાજ્ય થઈ શકેછે.

પરંતુ ગૃહરાજ્યમાં ધણે ઠેકાણે ન્યાયનું નિયમિત ધોરણ કવચિતજ જોવામાં આવેછે. ઘર ઘરનું ઇનસાફનું ધોરણ પણ સામાન્ય દ્રષ્ટિએ જોતાં

એક રીતનું જણાતું નથી. વળી એકજ ઘરમાં મા તથા બાપનું પણ એક સરખું ધોરણ હોય એમ પણ ભાગ્યેજ જોવામાં આવેછે. એવા ઘરમાં સ્થાયી કાયદા પણ કદાચજ હોયછે. મા તથા બાપની સમય સમયની વૃત્તિ પ્રમાણે તાત્કાલિક કાયદા ઘડાયછે, અને તે પ્રમાણે બાળકને ન્યાય કે અન્યાય મળેછે. તાત્પર્ય એ કે તેમનું તે બાપતનું કાયમી ધોરણ તો કોઈ ઠેકાણેજ જણાયછે, બાકી તો કાંકડા જેમ વખતોવખત પોતાનો રંગ બદલેછે તેમ મા અને બાપનાં ધારાધોરણનું સ્વરૂપ ઘણી વખત બદલાઈ જાય છે, એટલે જે સમયે મા અગર બાપનો જેવો મિત્રજ અને જેવી માનસિક વૃત્તિ, તેને અનુસરીને તે વખતે તેવો ધનસાક્ષ અપાયછે. એ પ્રમાણે જ્યાં વારંવાર ફેરફારવાળું વર્તન થતું હોય ત્યાં માબાપનો વકર કે ભારભોજ તેમની પ્રજાપર જોઈએ તેવો ન રહે એ દેખીતું છે.

બાળકને કોઈ પણ જાતના હુકમ કરી જવા કે આમ કરશો નહીં અને તેમ કરશો નહીં, એટલામાં માબાપની ફરજ પૂરી થતી નથી. પોતે કરેલી આજ્ઞાનો અમલ થાયછે કે નહીં, અને જો તે પ્રમાણે અમલ કદાપિ ન થતો હોય તો કરેલા હુકમમાં કોઈ ખામી છે કે બાળક જાણીજોઈને અથવા બેદરકારથી તેને કરેલી આજ્ઞાનું ઉલ્લંઘન કરેછે, તે માબાપે લક્ષપૂર્વક જોવું ને વિચારવું જોઈએ, કેમકે પોતાનો કાયદો બૂલભરેલો હશે એમ ઘણાખરાં માબાપને લાગતું નથી.

કાયદા જો વાળખી અને પળી શકે તેવા હોય તો તે બાળક પાસે બેશક પળાવવાજ જોઈએ; તેમાં દીલી દોરી મૂકવી ન જોઈએ, મન દ્રઢ રાખવું જોઈએ. માબાપનાં મનની નબળાઈ બાળક જાણી જાય તેમ કદી થવું ન જોઈએ, દ્રઢતા વગર જોઈએ તેવી વ્યવસ્થા કદી પણ જાળવી શકાતી નથી. કોઈ ખાસ પ્રકારમાં જહાંગીરી હુકમ કર્યા વિના છૂટકો ન હોય તો તેવો હુકમ કરવો તથા તે પળાવવો જોઈએ.

કેટલેક ઠેકાણે મા કે બાપ પોતાના બાળકને એકવાર એમ કહે છે કે હવે બારણા બહાર પડ મૂકીશ નહીં, અને જો વગર પરવાનગીએ તું બહાર ચાલ્યો જઈશ તો તને ફટકાવી કાઢીશ અથવા ફાંસીને ધેર જઈશ તો પછી તને ઘરમાં પેસવા જ નહીં દઉં ! બાળક તેમના એવા હુકમને પત કરતું નથી, અને તેમની એ પ્રમાણેની આજ્ઞા વિરૂધ્ધ વર્તે છે તોપણ મા કે બાપ તેને ફરમાવેલી શિક્ષા કરતાં નથી. “ અઘી બોલ્યા ને અઘી ફાંસી ” એ કહેવત સરખું કરે છે.

કેટલાંક માબાપ એક પ્રકારના ગુન્હા માટે પોતાના બાળકને એક વાર સખ્ત શિક્ષા કરે છે, અને બીજી વખત તેજ પ્રકારના ગુન્હા માટે થોડી શિક્ષા કરે છે. અથવા ન જોઈતી દયા કરીને તેમને મુદ્દલ સજા વિના જવા દે છે ! કેટલીક વાર નજીવા ગુન્હા માટે સખ્ત શિક્ષા કરે છે, અને ગંભીર ગુન્હા માટે થોડી શિક્ષા કરે છે, અથવા બીલકુલ શિક્ષા કરતાં જ નથી. પવનચક્રીની પેઠે તેમનાં મનની સ્થિતિ વખતોવખત ચળાપમાન થયા કરે છે એટલે તેનું પરિણામ એ આવે છે કે બાળકો પોતાના માબાપની આજ્ઞાને જોઈએ તેવા આધિન થતાં નથી.

સરકારી ‘ પેનલકોડ ’ પ્રમાણે એક ગુન્હાને માટે જો વખત સજા થઈ શકતી નથી, પરંતુ માબાપના ‘ પેનલકોડ ’ને એવો નિયમ ત્રાગુ નહીં હોવાથી બાળકના અમુક વાંકને માટે મા પોતે શિક્ષા કરે અને પછી બાપને તે વાંકની જગ્યાએ બબર પડે ત્યારે તે પણ શિક્ષા કરે !

કોઈ વાર અમુક કામ કરવાનું બાળકને તેની માતા તરફથી કહેવામાં આવે છે ત્યારે બાપ તેને કહે છે કે તારી મા ભલે કહે, પણ તારે એ કામ બીલકુલ કરવું નહીં. એવી વિરોધી આજ્ઞાથી બાળક બિચારું ! વચ્ચાર-ને ગુંચવણમાં પડે છે કે હવે એમાંથી કોનો હુકમ ઉઠાવવો ? કેમકે એકની આજ્ઞાને આધિન થવાથી બીજાની આજ્ઞાની આપોઆપ અવગ્તા થાય છે. આવી વર્તણૂકનું પરિણામ કેવું અનિષ્ટ આવે તે કહેવા કરતાં વિચારી લેવું સહેલું છે.

મૃદરાજ્યમાં સવળા બાકિ તરફ સમદર્શિ અને સમવૃત્તિ માયાપ તરફથી સદા રહેતી જોઈએ, પરંતુ તેઓ સમદર્શી ન રહેતાં કોઈના તરફ વિસમપણું વારંવાર વાપરે તો તેના ભોક્તામાં અસતોષથી કડવી લાગણી પેદા થયા વિના રહેતી નથી, તેમજ એવા સમવિસમના ભોક્તા વચ્ચે પરસ્પર વિરોધ ઉત્પન્ન થાય છે તથા પરિણામે જળ તથા તેલની પેઠે તેમનાં મન સદા જૂદાં રહે છે.

યુરોપની મોટી ઉમરની એક બાઈએ એકવાર પોતાના કોઈ ઓળખીતાને કહ્યું હતું કે “મારું બચપણુ ધણું દુઃખદાયક હતું. મારે એક નાનો ભાઈ હતો તેના પ્રત્યે મારી માનું હેત અતિશય હતું, તેને મારી મા બહુ લાડ લગાવતી તથા ધણું પ્યારથી રમાડતી હતી પરંતુ મને તેવો કશો લાભ ને દહાવ તેના તરફથી મળતો નહીં. અંતઃકરણના ખરા ઉમળકાથી તે મને કદી બોલાવતી નહીં, સ્નેહની લાગણીથી મારા તરફ કદી હસતી નહીં કે બહાલની નજરથી જોતી નહીં. હું કબૂલ કરું છું કે હવે તે મારા ઉપર ધણો સ્નેહલાવ રાખે છે પરંતુ તેના ઉપર હવે મને હેત ઉપજતું નથી, પણ જો મને તથા મારા એ નાના ભાઈને બચપણમાં પક્ષપાત વિના એક સરખી નજરથી ઉછેરવામાં આવ્યાં હોત તો એક સડોદર બેન તરીકે તેના પ્રત્યે જેવી લાગણી કુદરતી રીતે મને થતી જોઈએ તેવી થયા વિના રહેત નહીં. મારા ભાઈએ પોતે જો કે મને કશો અન્યાય આપ્યો નથી, તોપણ તેનાપર જોઈએ તેવું બહાલ મને સ્વાભાવિક રીતે આવી શકતું નથી.”

હિન્દી મૃદરાજ્યમાં ધણે ઠેકાણે પ્રજા વગેરે તરફ વખતોવખત પક્ષપાત થતા જોવામાં આવે છે, તેમાંના કેટલાક આ નીચે દર્શાવવામાં આવેલ છે.

પુત્રનો જન્મ થાય તે આશીર્વાદ સમાન અને પુત્રીનો જન્મ થાય તેને શ્રાપ સમાન માયાપ ગણે છે, તેથી જો પુત્ર પ્રસવે તો હૃદયે હર્ષ

સમાય નહીં, પણ પુત્રી અવતરે તો નિરાશાનો પાર નહીં, એ પ્રથમ મારંભનો પક્ષપાત.

દીકરો અવતરે ત્યારે તે વિષેની વધામણી ખાનારને કાંઈ બક્ષીસ અપાય, અને એવી ખુશાલીમાં ઘણીવાર સાકર કે મીઠાઈ પણ વહેંચાય, પણ દીકરી આવે તો તે બિચારીને કાંઈ જણ્યે પણ જાણે નહીં, એ બીજો પક્ષપાત.

પુત્રને સુખનું મૂળ અને પુત્રીને દુઃખનું મૂળ ગણે અને “બાળા તેટલી જવાળા” “જેને ઘેર કન્યા તેને પરમેશ્વરે હંડયા” એમ માનીને પુત્રપર સહભાવ અને પુત્રીપર અંતરથી અભાવ રખાય, એ ત્રીજો પક્ષપાત.

પુત્ર એ રત્ન ને પુત્રી એ પથરા. “દુહિતા ભલી ન એક.” “છાકરી તો પાડોશીની સાથે પણ હોયો નહીં.” એમ કલા કરે. પુત્રરત્નનું જીવતી પેડે બરાબર જતન થાય ને બાપડા એ પથરા જ્યાં ત્યાં અથડાય તેનો કાંઈ ભાવે પૂછે નહીં, એ ચોથો પક્ષપાત.

પુત્રને બરાબર વખતસર સ્તનપાન અને જરૂર હોય ત્યારે બીજું પયપાન કરાવવાનો તેમજ તેને લાલનપાલન ને લાડકોડથી ઉછેરી મેટા કરવાની જેટલી કાળજી ને હેંસ રાખવામાં આવેછે તેટલી પુત્રી પ્રતિ કદી પણ રાખવામાં આવતી નથી, એ પાંચમો પક્ષપાત.

દીકરા પડે આખડે તો તેને “ખમા ખમા” થાય ને દીકરી પડે આખડે તો તેને હાયમૂઠ વગેરે ગાળીપ્રદાનથી વધાવી લેવામાં આવે ! એ છઠ્ઠો પક્ષપાત.

પુત્રીના પોપણ માટે પુત્રના જેવો પૌષ્ટિક અને તાજો ખોરાક ખારથી પૂરો પાડવામાં આવતો નથી, એ સાતમો પક્ષપાત.



પુત્રી માંદો પડે તો તેની, પુત્ર સમાન દવાદાર તેમજ માવજત થતી નથી ને “આંધળાની ગાય ને અલ્લાના રખવાળા” જેવું કરવામાં આવેછે, એ આદ્યો પક્ષપાત.

પુત્રને કાળજીપૂર્વક કેળવવાની દરકાર રાખી તેની પાછળ માઆપ છૂટથી પૈસા ખર્ચેછે અને પુત્રીની કેળવણીના ખર્ચની વાત આવે તો ત્યાં હાથ આપોઆપ તંગ થઈ પડેછે તેમજ ઘણાં માણસો પોતાની દીકરીઓને બીલકુલ લણાવતાજ નથી, એ નવમો પક્ષપાત.

પુત્ર મરણશરણુ થાય તો શોકની સિમા નહીં, ને પુત્રી મરે તો ઉપર ચોટીઓ, નહીં સરખો શોક થાય, એ દશમો પક્ષપાત.

એક કરતાં વધારે દીકરા કે દીકરી હોય તેમાંથી એકને અમુક કારણથી વહાલું ગણી તેની બરદાસ સારી રીતે કરે અને બીજાને અમુક કારણથી દવલું ગણી તેના તરફ સમભાવ ન રાખતાં વખતોવખત તેની હાડછોડ કપાં કરે, એ અગિયારમો પક્ષપાત.

એક દીકરાને તેને મનગમતાં મેંઘી કિંમતનાં રમકડાં ને ઋતુ અનુસાર વસ્ત્ર વગેરે અપાવીને રાજી કરે, તથા બીજા દીકરા કે દીકરીને જેવાં તેવાં કપડાં અપાવીને તેને નારાજ કરે, એ બારમો પક્ષપાત.

ઘરમાં બાળકોને મેવો મીઠાઈ વગેરે કાંઈ ખાવાનું આપવાનું હોય ત્યારે બાધાં જેવડાં બધાં સંતાનને સમભાગે ન આપતાં એક સંતાનને તુબ્બમાન કરવા વધારે પડતું આપે ને બીજાને તેનાપર સ્નેહ ભાવ ઓછો હોવાથી ઓછું આપીને તેને અસંતુષ્ટ કરે, એ તેરમો પક્ષપાત.

પોતાને ઘણું વહાલું લાગતું હોય તેવું સંતાન ઘરમાં કાંઈ લાંગડોડ કરી નુકસાન કરે ત્યારે તેને તે બદલ કાંઈ પણ શિક્ષા ન કરતાં કિંવા કાંઈ દપકો પણ ન આપતાં આંખ આડા કાન કરે, પણ જો અલુગમતા સંતાને એવું કાંઈ નુકસાન કીધું હોય તો તેના પર વાગૂમહાર અને વખતે હસ્તમહાર પણ કરવાનું થકે નહીં, એ આદ્યો પક્ષપાત.

માતા પોતાના પેટનાં દીકરા દીકરીપર મીઠી નગરથી બુએ અને ધરમાં સાવકાં છોકરાં હોય તો તેનાપર ધરાદાપૂરક કડવી નગર રાખ્યા કરે, એ પંદરમો પક્ષપાત.

એક પુરુષ કંઈ કારણથી પોતાની પત્નીને ચાહતો ન હોય તો તેની કુખે જન્મનાર બાળકને પણ તે ચાહતો નથી, તેમજ તેની જોધએ તેવી સંભાળ તે રાખતો નથી, એ સોળમો પક્ષપાત.

કોઈ ધરમાં મા દીકરીઓને વધારે ચાહેછે, અને દીકરાને ઓછી ચાહે છે, ત્યારે બાપ પોતાના પુત્રોને વધારે ચાહેછે, અને પુત્રીઓને ઓછી ચાહેછે, એ સત્તરમો પક્ષપાત.

દીકરાને કિંમતી બૂટ ને મોજાં વગેરે અપાવીને રાજી રાખે ને દીકરીને ફાટયાં તુટયાં પગરખાં પણ પૂરાં પાડે નહીં તો મોજાંની તો વાતજ શું કરવા કરવી ! એ અઠારમો પક્ષપાત.

એ પ્રમાણે જોવા જઈએ તો બીજા પણ ઘણી જાતના પક્ષપાત પગલે ને ડગલે દષ્ટિગોચર થયા વિના રહે નહીં.

કેટલેક સ્થળે મા તથા બાપનો એક તરફ રાગ ને બીજા તરફ દ્રેષ, એક તરફ સહલાવ અને બીજા તરફ અલાવ હોયછે. વળી એક તરફ નરમ તો બીજા તરફ તેઓ ગરમ જોવામાં આવેછે તેના પરિણામે એ બાળક બાળકમાં એક બીજા તરફ તેમજ માબાપ તરફ પણ તેમનાં અંતઃકરણમાં અલાવ હિપન્ન થાયછે.

એ પ્રમાણે દીકરા દીકરી તરફજ લાવાલાવ રહેછે એટલુંજ બસ નથી, પરંતુ દીકરા કે દીકરી જણનાર માતાઓ તરફ પણ કેટલાંક ક્રુદ્ધપરાન્તમાં સ્ત્રમ ને વિસ્ત્રમ લાવ જોવામાં આવેછે. દીકરા જણનાર માતા માનીતી થઈ બેસેછે, અને દીકરીઓ જણનાર માતા અણમાનીતી થઈ પડેછે તથા તેનીપર મહેરબાનીની નગરથી લાગ્યેજ જોવામાં આવેછે.

બધાંને ઘેર એકલા દીકરાજ અવતરવા માટે તો પરિણામે આ

સૃષ્ટિની અસ્તિ કેમ રહી શકે તેનો વિચાર થોડાંજ આવતો હશે. સૃષ્ટીનું મંડાણ એકલા પુત્રો ઉપર નથી તેમ એકલી પુત્રીઓ ઉપર પણ નથી, તેમ દુનિયામાં બધે દીકરાજ અવતરે એમ કોઇ કાળે બનતું પણ નથી, દરેક દેશની વસ્તીની વિગત જુઓ તો તેમાં દીકરા દીકરીની લગલગ સરખી સંખ્યા જન્મ પામતી કે અમુક મુદત પછી જીવતી રહેતી જાણવામાં આવશે. કુદરત એ રીતે સમતોલપણ જાળવી રાખે છે. સૃષ્ટિ માટે પુત્ર અને પુત્રીઓની લગલગ સરખી સંખ્યાની આવશ્યકતા હોવાથી પ્રજાપતિ એ બન્ને જાતિની આશરે સરખી સંખ્યા ધડે છે, એથી પણ કુદરતની ધૃત્ય સ્પષ્ટ સમજાય છે.

ગૃહરાજ્યમાં તમામ બાળકોપર સમાન વાતસલ્યથી વર્તવું જોઇએ. સમભાવ ને સદ્ભાવ એ વિરોધને કદી ઉત્પન્ન થવા દેતા નથી. સ્નેહભાવ—સમાન ભાવથી બાળકો જેટલાં આજ્ઞાધિન થાય છે, તેટલાં બીજા એકથી થતાં નથી. માબાપ પોતાની પ્રજા ઉપર સરખો ભાવ રાખ્યા કરે તો તેમની પ્રજા પણ તે પ્રમાણે જોઇતો સમાન ભાવ રાખતાં શીખે એ સ્વાભાવિક છે.

ગૃહરાજ્યનું તંત્ર બરાબર ચાલવા માટે જેમ માતા તેમજ પિતા એ બન્ને જણ બરાબર કેળવણી પામેલાં હોવાં જોઇએ. જે પિતા સારી રીતે કેળવાએલ હોય અને ગૃહરાજ્યની સુકાની માતા કંકો, ખખો પણ લાણેલી તથા બ્યાવહારકુશળ કે કળવકળવાળી ન હોય, અગર કોઇ સ્થળે માતા કેળવાએલી હોય અને પિતા કેળવણીથી બેનસીબ હોય તો એવાં કુટુંબને અર્ધજંગલી સરખું ગણવું જોઇએ, અને એવા રાજ્યની પ્રજાને માવજત અને કેળવણીનો જોઇએ તેવો ને તેટલો લાભ મળી શકે નહીં એ દેખીતું છે, માટે ગૃહરાજ્યમાં જેમ માતા તેમજ પિતા એ બન્ને જણ જમાનાને અનુસરતી કેળવણી લીધેલી હોય તોજ સંતાનો પ્રત્યેની ફરજો તેમનાથી બરાબર બજાવી શકાય એમ અત્રે કહી બતાવવાની કાંઇ જરૂર નથી.

## કહેવા કરતાં કરી બતાવવું એ વધારે સારું છે.

દાખલો એ શબ્દ વિનાનું શિક્ષણ છે. બાળકો દાખલાથી દોરાય છે તેવાં બીજાં એકથી દોરાતાં નથી. તેમનું લક્ષ માળાપની કૃતિ ઉપરજ રહે છે તેથી કહેણી કરતાં રહેણીની અસર બાળકપર સ્વાભાવિક રીતેજ વિશેષ થાય છે. ચાણીગત ઉપદેશ જે કોઈ દાખલામાં ઉપયોગી નીવડતો હોય તો તે માણસની પાકી વય થયા પછી, પરંતુ બાળવયમાં બીલકુલ નહીં. “સો બોધ વચનિક, એક બોધ દર્શનિક” એ કહેવત પ્રમાણે કથન કરતાં દ્રષ્ટાંતથી વધારે શીખવી શકાય છે. ઉપદેશ કરતાં દાખલો બળવાન છે મતઘન્ય સારો રહેણીકરણી એ ઉત્તમ ઉપદેશ છે.

બાળકપર માળાપના ચારિત્રની જે અસર થાય છે તે બુંસાઈ જતી નથી. માત્ર કથનની જોઈએ તેવી અસર કવચિતજ થાય છે, અને કદાપિ થાય છે તો તે વધારે વખત ટકી શકતી નથી. જોડી કોટલી એક વાતમાં જણાવ્યા પ્રમાણે “સીપો રસ્તો મૂકીને અવળે રસ્તે ચાલ્યું” તે માટે એક કરચલીએ તેના બચ્ચાને દુપકો આપ્યો ત્યારે તે બચ્ચાએ જવાબ આપ્યો કે મા તું પોતેજ અવળે રસ્તે ચાલે છે.” તું આ રીતે ચાલે છે એમ બાળકને કહેવા કરતાં હું ચાલું છું તેમ ચાલ એમ કહેવામાં આવે તો તે એ પ્રમાણે ધણુંકરીને વર્તે છે. રહેણી વિરુદ્ધ કહેણી ;કશા કામની નથી. આચાર વિરુદ્ધ ઉપદેશ નકામો છે, માટે માળાપે કહેણી પ્રમાણેજ રહેણી શીખવી જોઈએ. બાળકને સાચું બોલતાં શીખવવું હોય તો માળાપે પોતે ખરેખરા સત્યવાદી થવું, તેમને ઉઘોગી કરવાં હોય તો પોતે ઉઘોગી થવું, તેમને વહેલા ઉઠનાર કરવાં હોય તો પોતે હમેશાં વહેલાં ઉઠવું. તેમને નીતિવાળાં કરવાં હોય તો પોતે નીતિવાળાં થવું, તેમને ધર્મ-

પરાયણ કરવાં હોય તો પોતે ધર્મપરાયણ થવું અને તેમને ન્યાયી ને વિવેકી કરવાં હોય તો માળાપે પ્રથમ પોતે તેવાં થવું.

બાળકને સુધારવાની ખરી કુચી એજ છે. વારતા વિદ્વાન જેવી ને આચરણ રાક્ષસ જેવાં હોય તો તેની અસર તેવીજ થશે. ઉપદેશને અનુસરતો આચાર જોઈએ, કેમકે ઉપદેશ કરતાં દાખલો ધણોજ વધારે અસરકારક નીવડેછે. વાણી અને વર્તનમાં વિરોધ નહીં જોઈએ, કેમકે નહીં તો તે “પોથીમાંનાં રીંગણાં” જેવું થશે.

કપડાં કેમ શીવવાં તે વિષે બાપણુ આપ્યા કરતાં તેમની રૂબરૂ શીવી બતાવ્યાથી તે તેમના જાણવામાં સહેલાઈથી આવશે.

માળાપે બાળકોનાં દેખતાં અતિથિની સેવા કરીને, ગરીબને દાન દઈને અને નિરાધારને મદદ કરીને તેમને બીજાઓની તેવી સેવા કરવાનો તથા પરાયણકારનાં કામ કરવાનો મુજો બોધ આપવો જોઈએ. જેવાં આરિત્રવાન તેમને કરવાં હોય તેવાં આરીત્ર તેમની નજર સામે ખડાં કરવા જોઈએ; અર્થાત્ તેમને જેવાં કરવાં હોય તેવાં પોતે પ્રથમ થવું જોઈએ.

સારા દાખલાથી બચ્યાં સારાં થાયછે, એમ ધરનાજ દાખલાથી જણાઈ આવેછે, એટલે તેવું દ્રષ્ટાંત શોધવા બીજે કોઈ કેડાણે જવા સરખું રહેતું નથી.

## આજ્ઞાને તાબે થતાં શીખવવું.

બાળકોને આજ્ઞાધીન કરવાં એ તેમને સન્માર્ગે ચડાવવાની શરૂઆત કરવા સરખું છે, તેથી પ્રથમારંભે આજ્ઞાનું પાલન કરવાનું માબાપે તેમને શીખવવું જોઈએ. કલ્યાણગરાં જોકરાં સાને ધણાં વહાલાં લાગેછે, પણ તેમને તેવાં કલ્યાણગરાં કરવા માટે ધણી જાતની કળવકળ તથા સમયસૂચકતા વાપરવી પડેછે. જેમ એકલી જેહુકમી કારગત નીવડી શકતી નથી, તેમ તે માટે માત્ર ખાલી ઇચ્છા રાખી બેસવાથી તાબેદારપણે વર્તવાનું તેઓ શીખતાં નથી. બાળકો વડીલોના હુકમને માન આપીને વર્તે તેવી નાનપણથી તેમને ટેવ પાડવા માટે યોગ્ય તજવીજ રાખવાની ધણી આવશ્યકતા છે.

બાળકને નાનપણથી સુધારવાની સારી તક છે તેનો મથાર્થ ઉપયોગ ન કરતાં “એ હજી નાનું છે” “એ સમજતું નથી,” “એ માનતું નથી,” “એ ગાંડતું નથી,” એવા ખ્હાનાથી નાખતી કરીને ચલાવી લેવામાં આવે, તેની નાકરમાનીને ન જોઈતું નમણું આપે તો પછી તે મોટાં થયે માબાપનો હુકમ સિરાચરમ કરે તેવું તે થાય એવી આશા રાખવી એ નિરર્થક છે. તે નાનું છે એટલે નહીં સુધરે એમ કદી ધારવું નહીં જોઈએ. નાનપણમાં તે જો કદાપિ સુધરે નહીં તો પછી મોટપણે તે સુધરશે એવી આશા ખીલકુલ રાખવી નહીં. મોટપણે તે જોરદાર ને પોતાનાં દુરાચરણમાં રીઠાં થશે ત્યારે તે માબાપનું કહ્યું કાને ધરશે નહીં; આ પ્રમાણે હોવાથી વાજબી હુકમોને તાબે થવાનું જેઓ પોતાના બચ્ચાને નાનપણથી શીખવતાં નથી તથા તેને કાશુમાં રાખતાં નથી, તેઓ જેમ પોતાના હકમાં તેમજ એ બાળકના હકમાં ધણા પ્રકારની ખરાબીનાં મૂળ શેપેછે એમ સમજવું.

આજ્ઞાને આધિન થવાની નાનપણથી ટેવ પાડવા માટે જે કામ તેનાથી થઈ શકે તેવું હોય, વળી તે તેને પ્રિય હોય તેવું કામ

કરવાનું તેને મીઠા વચનથી કહેવું જોઈએ. જે હુકમ તે ઉઠાવી શકે તેવું ન હોય તેવો હુકમ કદી પણ કરવો નહીં જોઈએ.

બાળકોને બોલાવવામાં આવે કે તુરત તેમણે હાજર થવું જોઈએ. કેટલાંક બચ્ચાં “આવું છું, આવું છું,” એમ કહેછે, પણ પોતાની રમત, વાતચીત, કે હાથમાંનું કામ મૂકી દઇને જલદી હાજર થતાં નથી. તેઓ જ્યારે કોઇ નિર્દોષ રમતની મોજમાં નિમગ્ન થયાં હોય, તેવા વખતમાં કાંઇ ખાસ જરૂરના કારણ સિવાય બીજું કાંઇ કામ કરવાની તેમને આજ્ઞા કરવી એ સલાહકારક નથી, કેમકે તેવી મોજ મૂકી દેઇને બીજા કામમાં પ્રવૃત્ત થવાનું તેમને સ્વાભાવિક રીતે મુદ્દલ ગમશે નહીં, તેથી તેઓથી કદાચ માઆપના હુકમનો અનાદર થશે, જેથી તેમ ન થવા માટે માઆપ સમયસૂચકતા વાપરી સાવધાનપણે જો આજ્ઞા કરશે તો તેઓ તુરત તેને તાબે થયા વિના નહીં રહે.

બાળકોને જેમ અને તેમ થોડા હુકમ કરવા તથા તે પણ તેઓ પાળી શકે તેવા કરવા જોઈએ; તેમજ તે હુકમો ઘડીઘડી બદલવા ન જોઈએ. એક વખત કહેલું વચન ખાસ કારણ વિના પાછું ખેંચી લેવું નહીં જોઈએ. કચેરા હુકમનો અમલ તુરતમાં થવો જોઈએ. એક કરતાં વધારે વાર હુકમ કર્યા પછી, શિક્ષાની બીક આપ્યા પછી અથવા તેનો ઉપયોગ કર્યા પછી છોકરાં હુકમ માને તે ખરી તાબેદારી નથી. છોકરાંઓએ મા તેમજ બાપનો હુકમ એક સરખો માનવો જોઈએ. બાપના જેટલુંજ માની આજ્ઞાનું માન રહેવું જોઈએ. બાપનો હુકમ માને અને માનો હુકમ ન માને તેમ થવું ન જોઈએ. કેટલાંક બાળકો બાપની બીક રાખેછે અને તેનો હુકમ ઉઠાવેછે, પણ માનું કહ્યું માનતાં નથી. બાળકને તાબે રાખતાં જે માતાને આવડતું નથી તે તેને કહેછે કે તું મારું કહ્યું માનતો નથી ને તોફાન કરેછે તે વાત તારો બાપ ઘેર આવશે ત્યારે તેમને કહી દઇશ, પછી તે તને શિક્ષા કરશે ! કોઇ કોઇ માતા એવે પ્રસંગે એમ પણ કહેછે કે તું આડાઇ કર્યા કરેછે તેથી નિશાળે આવીને તારા મહેતાજી પાસે તને માર ખવરાવીશ.

ધમકાવ્યા કે શિક્ષા કર્યા સિવાય જે બાળકો પોતાનાં માઆપનું કહ્યું

કરતાં ન હોય ત્યારે એમ પણ અનુમાન કેમ ન થઈ શકે કે હુકમ કરવામાં માઆપની કાંઈ પણ ખામી હશે. ગેરવાજખી સત્તા એ કાંઈ કાંઈ વાર જીલમ સરખી થઈ પડે છે.

જો આપે કાંઈ કામ કરવાનું બાળકને કહ્યું હોય અને બાળક તે કામ આડાધથી ન કરે તો માએ તેની જરાએ હિમાયત કરવી નહીં. બાપ અથવા માની આજ્ઞાનો ભંગ થાય તો તે બન્ને જાણીની આજ્ઞાનો ભંગ થયો. એમ સમજીને મા તથા આપે તેનું ખોટું ઉપરાણું લેવું નહીં કે તેની ખોટી તરફદારી કદી કરવી નહીં જોઈએ.

મા કિંવા આપનો હુકમ ઉઠાવવામાં ધમકી કે કાંઈ લાલચ આપવાની પણ જરૂર નથી. માતા તેને કાંઈ વાર કાંઈ મીઠાઈ વગેરે આપવાનું કહીને હુકમ ઉઠાવવાની સૂચના કરે છે તેથી તેવી તેને ટેવ પડી જાય છે. બીજી વખત તેને જ્યારે કાંઈ કામ કરવાનું કહેવામાં આવે છે, ત્યારે તે કેટલીક વાર પૂછે છે કે તમારું એ કહેતું કામ હું કરી દઉં તો તમે મને શું આપશો ? અથવા અમુક ચીજ મને આપો તો હું તમારું અમુક કામ તુરત કરી આપું. આવી ટેવ પડ્યા દેવી એ ઘણી નુકસાનકારક છે.

છોકરાનો કાંઈ પણ કારણથી મિનજી ગયેલો હોય તેવા વખતમાં અમુક ચોપડી વાંચવા વગેરેનું કાંઈ કામ કરવાની મા અથવા બાપ તેને આજ્ઞા કરે છે ત્યારે તે તેને તાબે થવાની ચોખ્ખી ના પાડે છે, એમ કાંઈ કાંઈવાર જોવા જાણવામાં આવે છે. બાપ કહે છે કે આ ચોપડી તું વાંચ, ત્યારે છોકરો કહે છે કે હું તે અત્યારે નહીં વાંચું. બાપ એ સાંભળીને તેને ધમકાવીને કહે છે કે તું વાંચ; છોકરો કહે છે કે હું તે બીલકુલ વાંચવાનો નથી, ત્યારે બાપ તેને થોડો મારે છે, અને કહે છે કે તારે તે અત્યારે વાંચવીજ પડશે, તોપણ છોકરો તેને પત કરતો નથી એટલે પછી બાપ તેને વધારે મારે છે; એમ છતાં તે કહે છે કે બસ તમે મને ગમે તેટલો મારશો તોપણ એમાંના એક પણ અક્ષર અત્યારે હું વાંચવાનો નથી. આ પ્રમાણે મામલો ઘણી રસાકસી ઉપર આવી જાય છે.



બાપ પોતાનો બોલ મૂકતો નથી અને છોકરો પોતાની હડીલાઈ ઓડતો નથી. હવે આમાં બાપ અને દીકરો એ એમાં કોણ કાવે છે તેના પરિણામ ઉપર તે છોકરાની ભવિષ્યની વર્તણૂકનો આધાર રહે છે. આવે પ્રસંગે જો બાપ કાયર ન થતાં પોતાની છાતી કઠણ કરીને તથા સપ્તમાં સપ્ત ઉપામ અજમાવીને પણ જો પોતાનો હુકમ ઉઠાવવાની તેને ફરજ પડતો નથી તો પછી ભવિષ્યમાં તેની સત્તા તે છોકરા ઉપર ચાલવાની નહીં, તથા તે સદાને માટે નાકરમાન ને ઉદ્ધત બની જવાનો સંભવ છે, તેથી દ્રઢતા તેમજ મક્કમ દરાવ રાખી ગમે તેવી ચુકિતથી પણ જો બાપ તે હુકમનો તે ટાણે તેની પાસે અમલ કરાવે તો પછી ભવિષ્યમાં તે છોકરો થોડો ઘણો પણ તેનો તાબેદાર થઈને રહેવાનો એમાં શક રાખવા સરખું નથી.

આવા પ્રસંગ બનતાં સુધી ન આવે એ ઉત્તમ છે, પરંતુ અના-યાસે આવી પડે તો પછી બાપે પોતા થઈ જઈ છોકરાને કાવવા દેવો એ કોઈ રીતે સલાહકારક નથી, કેમકે નહીં તો પછી તેમને પોતાના વડીલની આજ્ઞાનો વખતોવખત ભંગ કરવાની કુટેવ પડી જશે. ગુન્હાના પ્રમાણમાં તેમજ ભવિષ્યના જાથૂના લાભને અર્થે છોકરાને કોઈ વખત શરીરશિક્ષા કરવા સરખા વિચિત્ર આવી પડે છે. પડી દયા ને વધુ પડતો પ્રેમ, તેમજ માનસિક વ્યવહાર એ પરિણામ નિઃસાનકારક થઈ પડ્યા વિના રહેતી નથી.



## વ્યવસ્થા અને નિયમિતપણું.

છોકરાંઓનાં રમકડાં વગેરે ઘીને મૂકવા માટે અમુક જગો ઠરાવવી તથા તે ઠરાવેલી જગોએજ તે ઘીજ મૂકવી જોઈએ, પરંતુ મોટે ભાગે તેમ થતું હોય એમ થોડેજ ઠેકાણે જોવામાં આવેછે; એમ બનવાનાં મુખ્યત્વે ત્રણ કારણો છે. :—૧. ઘરમાં માળાપ પોતેજ પોતાની બધી ઘીને તે માટેની અમુક અમુક જગોએ મૂકવાની કાળજી રાખતાં નથી, તેથી તેમનાં કામનું અવ્યવસ્થિતપણું અહરનીશ તેમનાં છોકરાંઓના જોવામાં આવેછે. ૨. છોકરાંઓને પોતાની ઘીને મૂકવાનું અમુક સ્થાન મુકરર કરી આપવું જોઈએ, તથા ત્યાં તે વસ્તુ તેમણે રાખવી જોઈએ, પરંતુ તે પ્રમાણે તે ઠેકાણે ન મૂકતાં તેઓ જ્યાં ત્યાં ફેંકી દેછે, તોપણ બરાબર વગે કરવાનું માળાપ તેને વખતોવખત સૂચવતાં નથી તેમજ પાસે રહીને તેમની પાસે મૂકાવતાં પણ નથી પરંતુ ઘણી વખત તેમની એ ફરજ માળાપ પોતે બજાવેછે. ૩. બાળકો તે પ્રમાણે દરેક ઘીજ તેને યોગ્ય સ્થળે સંભાળીને મૂકવાનો લાભ સમજતાં નથી, તેમ તે પ્રમાણે મૂકવાને તેઓ ટેવાએલાં હોતાં નથી અને સામાન્ય રીતેજ બેફિકરાં જેવાં અને અનિયમિત હોયછે.

ઉપર પ્રમાણે હોવાથી છોકરાંઓઃ વ્યવસ્થાવાળાં નીવડતાં નથી. બાળકો પોતાનાં રમકડાંથી રમીને તેને પાછાં ઠેકાણાસર ન મૂકતાં જ્યાં ત્યાં પડ્યાં રહેવા દેછે કે ફેંકી દેછે અથવા એક ખંડમાંથી બીજા ખંડમાં, અગર પાડોશીને ત્યાં જો રમકડાં લેઈને જાયછે તો તે રમકડાં કેટલીક વાર બેદરકાર કે ગફલતથી ત્યાં પડ્યાં મૂકી દેછે. માળાપને તે વિષે માલુમ પડતાં ત્યાંથી તે લાવીને પાછાં કાઢી જગોએ મૂકેછે, પણ તે વિષે બાળકને માદ આપીને તેના હાથેજ તે યોગ્ય સ્થળે મંગાવી મૂકાવતાં નથી.

બાળક મોટાં થયે નિશાળે જાય અથવા બહાર જાય, અને ત્યાંથી પાછાં ઘેર આવે ત્યારે પોતાની ટોપી એક જગોએ ફેંકે, અંગરખો વગેરે વસ્ત્ર બીજી જગોએ નાખી દે, પહેરણને ત્રીજી જગોએ પટકે, તો સ્લેટ ને

ચોપડીઓ વળી ચોથી જગોએ મૂકી દે, એમ તેની મરજીમાં આવે તેમ આડી અવળી તેની ફેંકફેંકી કરે, પણ તે માટે તેને કોઈ ન વારે કે ન કોઈ ચેતવે, એટલે અવ્યવસ્થાની આડકતરી ફળવણી બાળકને પોતાના ઘરમાં એવી રીતે મળેછે; પછી બીજે દિવસે નિશાળે જવા ટાણે તે શોધવા બેસે તો તુરતમાં કાં તો ટોપી જડે નહીં, કાં તો અંગરખો મળે નહીં કે કોઈ વાર પેનસીલ વગેરે અમુક ચીજનો પત્તો લાગે નહીં, એટલે પછી બહારવાની પેઠે આમતેમ તે માટે ફાંફાં મારે, અને બૂમ પાડવા બેસે કે મારી ફલાણી ચીજ ક્યાં ગઈ ? આ પ્રમાણે તે ચીજ પાછી હસ્તગત કરવામાં તેને નાહક ખોટી થવું પડેછે, તથા વખત અને મહેનતનો નિર્થક વ્યય થાયછે. પોતાની ચીજો આડીઅવળી ન્યાં ત્યાં મૂકી દેવાથી તેમજ તે ન્યાં ત્યાં અચડાવાથી મેલી થઈ જાયછે, ફાટી તૂટી જાયછે અથવા વખતે ખોવાઈ પણ જાયછે. પાઠ કર્યા પછી પોતાનાં લખવાનાં પુસ્તકો વગેરે સાહિત્ય તેને માટે હરાવેલે ડેકાણે તે હમેશાં મૂકે તેમ થવું જોઈએ.

છોકરાંઓને ખેર, સીતાફળ, જાંબુ, રાયણ, કેરી કે શેરડી વગેરે ખાવા માટે આપવામાં આવે ત્યારે તેના હળીયા, ગોટલા, છોતરાં કે કુચા ઘરમાં ન્યાં ત્યાં ન નાખતાં તેને કચરાનાં ઠામમાંજ નાખે એમ તેમને સૂચના આપતા રહેવું જોઈએ.

કેટલીકવાર રમતની લેહમાં બાળકો પોતાની ચીજો યોગ્ય સ્થળે મૂકવાનું ભૂલી જાયછે, એવે વખતે તેને સંભારી આપીને તે ચીજો હરાવેલે ડેકાણે તેનેજ હાથે મૂકાવવાથી તેને સારી ટેવ પડેછે, પણ ખોટી દયા ખાઈને તેણે રખડતી મૂકેલી ચીજને માખાપે પોતે ડેકાણે મૂકવાથી ભવિષ્યમાં તેનું લજું થવું નથી. બાળક યોગ્ય ઉમરનું થતાં પોતાનાં રમકડાં, લૂગડાં તથા લખવાનાં સાહિત્યની ઘટતી સંભાળ તેણે પોતેજ રાખવી જોઈએ.

કુદરતનું બધું કામ જેમ નિયમિત છે તેમ બાળકને પણ નિયમિત કરવાની વખતોવખત તજવીજ કરવી જોઈએ. પ્રત્યેક કામ તેને માટે

કરાવેલે વખતે કરવાથી ફતેહમંદ થવાય છે ને નકામી દોડદોડ કરવી પડતી નથી. કામ બહુ છે મારે નિયમિત રહેવાનું નથી એવું બહાનું આવી શકે તેમ નથી, કેમકે આપણે જોઈએ છીએ કે બહુ કામવાળા તો બહુજ નિયમિત હોય છે, અને એમ હોવાથીજ તેમને પોતાના કામમાં ફતેહ મળે છે.

અમેરિકાનો પ્રખ્યાત જ્યોર્જ વોશિંગ્ટન પોતાના દરેક કામમાં એટલો બધો તો નિયમિત હતો કે તેના રસ્તાપરના મકાનવાળા લોકો તેના તે તરફથી જવા આવવાના વખત ઉપરથી પોતાનાં ઘડિયાળનો વખત બરાબર મૂકતાં હતાં !

અનિયમિતપણું એ આપણા લોકોનો સામાન્ય દોષ છે. કેમ બાણે તે સ્વભાવજન્ય હોય ! જ્યારે કોઈને ત્યાં માણસોને જમાડવાનાં હોય છે ત્યારે ખરા વખત પહેલાં એક કલાક વહેલા આવવાનું તેમને આમંત્રણ કરવામાં આવે છે ! દાખલા તરીકે સાંજના ચાર બજે જમાડવાનાં હોય છે, તો ત્રણ બજે જમવા આવજો એમ કહેવરાવવામાં આવે છે. લોકો પણ અનુભવથી સમજી ગયા હોય છે કે એક કલાક તે મોડું જમવાનું હશેજ, તેથી કેટલાક ચારને બદલે કોઈ કોઈવાર સાડચાર બજે કે કોઈ તો પાંચ બજે ત્યાં જાય છે ! કોઈ સલામાં કે હરિકથામાં જવું હોય ત્યાં બરાબર વખતસર થોડાંજ હાજર થાય છે. ટપાકનો કાગળ પણ કેટલાએક લોકો તેની પેટીમાં વખત વીત્યા પછી નાખી આવે છે, એટલે ટપાક ઓફિસથી તે મોડો રવાના થાય છે. રેલ્વે ટ્રેનપર કોઈ કોઈ મોડાં જાય છે એટલે તેમના ગયા પહેલાં ટ્રેન આવી ગયેલી હોય છે ! એટલું સારું છે કે આગગાડી કોઈની રાહ જોતી સ્ટેશનપર થોભતી નથી, એટલે ઘણાખરાં માણસો ટ્રેન ઉપડવાના વખત પહેલાં વહેલા વહેલા ત્યાં હાજર થઈ જવાનું શીખી ગયેલાં જણાય છે ! નાતમાં પણ જો બહુ મોડા આવનારને જમાડવાની બંધી કરવામાં આવે તો પછી લગભગ તમામ માણસો ત્યાં વખતસર હાજર થઈ જવાની કાળજીવાળાં થાય !

## કરજની ફેક્ટરી.

બાળકની કેળવણી અને વર્તનનો મુખ્ય આધાર મા, બાપ અને મહેતા-  
જ એ ત્રિપુટી ઉપર અવલંબી રહેલ છે, છતાં એમાંના એક પણ જણ પોતાની  
પૂરતી જવાબદારી ગણી તેનો અમલ મથામતિ તથા મથાશક્તિ કરવાને જોઈએ  
તેવાં ઉત્સુક લાગ્યેજ જોવામાં આવે છે. તેઓ પોતાની જવાબદારી બીજાને  
માથે મૂકીને પોતે તેમાંથી મુક્ત થવાની પેરવી કરે તે નાપસંદ કરવા  
ચોગ્ય છે.

કહેવત છે કે “ એ ઘર વચ્ચેનો પેરોણો બૂખે મરે ” પરંતુ  
આ કિસ્સામાં તો મા, બાપ તથા મહેતાજ એ પ્રમાણેની ત્રણ વ્યક્તિ વચ્ચેનો  
બાળક પેરોણો ઘણી વાર કફેડી સ્થિતિમાં આવી પડે છે, અને એ ઘર વચ્ચેના  
પેરોણો કરતાં આ ત્રણ જણ વચ્ચેનો મીજબાન કેળવણી રૂપી માનસિક  
ખોરાક સંબંધે થોડો ઘણો બૂખ્યો રહે છે. પોતાના બાળકને કેળવવાનું  
કામ માબાપ પોતે બોળ સમાન ગણે તો પછી મહેતાજ તેમ સમજે તો તેમાં  
નવાઈ જેવું ગણાય નહીં.

બાપડા બાળકની કેળવણી સંબંધમાં તેમની માતાઓને પૂછીએ તો  
તેમાંની ઘણીખરી એ મનઘડનું કહેશે કે હું તો બાળકને ઉછેરીને મોટું  
કરી આપું, તેને માટે વિશેષ કાંઈ કરવાનું હોય તો તેમાં અમે બેરાં માણસ  
શું સમજીએ? વળી ઘરઘંધામાંથી અમને નવરાશ પણ ક્યાંથી મળે!  
ભણાવવા ગણાવવાનું કામ તો તેના બાપનું છે. અમને એમાં કાંઈ ગમ પડે  
નહીં.

બાળકના બાપને એ વિષે કાંઈ કહેવામાં આવે તો તે સામાન્ય રીતે  
એવો જવાબ આપી જૂની વાત કરશે કે છોકરાંનાં ખાનપાન તથા તેમની  
બીજી હાજતો સંબંધી કંઈ ચાલે છે તે તેમની મા જાણે! હું તો તેમને માટે  
કપડાંવત્તાં વગેરે વેંકતી જણુસ તેમની મા મંગાવે તે લાવી આપું! કેળવણી  
આપવાની પંચાતમાં પડવાને મારી નોકરીચાકરી કે ધંધારોજગારને

લેખને મને જરાએ દુરસદ મળે તેમ નથી ! બહુવવા ગણુવવાનું કામ કાંઈ મારું નથી પણુ તે તો નિશાળના માસ્તરનું છે, જેથી તે વિષે મારે કાંઈ ફિકર રાખવાપણું નથી. હું તો તેમને ચોપડીઓ વગેરે જે જોઈએ તે આપાવી દઉં !

બાળકને જગતના વિધવિધ પ્રકારના વ્યાવહાર, કર્તવ્ય, નીતિ અને ધર્મ વગેરેની કેળવણીના વિષયમાં પ્રવીણ ન કરતાં અને નાનપણથી તેમને સંસ્કૃતિના સંબંધમાં સારા સંસ્કારી ન બનાવતાં માત્ર તેમને ખાનપાન ને વસ્ત્ર વગેરે પૂરાં પાડી મોટાં કરવાં એટલું જ જે માઆપનું કર્તવ્ય હોય તો પશુપક્ષીઓ પણુ પોતાનાં બચ્ચાંનું પોતાથી બનતી રીતે પોષણ કરેછે એટલે એવી હકિકતમાં એવાં માઆપને પશુપક્ષી કરતાં વધારે અડતી સ્થિતિમાં મૂકી શકાય નહીં.

બાળકને નિશાળે મોકલ્યાં, સ્લેટ ચોપડી આદિ બહુવાનાં સાધન પૂરાં પાડ્યાં અને નિશાળની શી બરી દીધી, એટલું કર્યાં માઆપની તેને કેળવણી આપવા બાબતની ફરજ પૂરી થતી નથી.

કેળવણી આપવાનું કામ મા તથા આપનું મજમું છે. બચ્ચાંને મૂળથી સારી રીતે કેળવવાં એ તેમની અવિભક્ત ફરજ છે. અમુક એક વ્યક્તિને માથે તેનો મોડ નથી. મા તથા આપ એ બન્ને જણ બાળકનાં મનસ્વેચ્છનાં માળી છે, જેથી બન્ને જણે મળીને તેમને ગૃહકેળવણી આપવાનું કામ પોતાની શક્તિ અને સગવડ પ્રમાણે વહેંચી લેવું જોઈએ. સામાન્ય નજરે જોતાં હૃદયની અને રીતભાતની કેળવણી માતા અને બુદ્ધિની અને બહારના વ્યાવહારની કેળવણી પિતા વધારે સારી રીતે આપી શકે, જેથી મા તથા આપે પોતાની ફરજ દીર્ઘદ્રષ્ટિ અને અમુક નિશ્ચયથી ઉત્સાહપૂર્વક બજાવવી જોઈએ. દુરસદ મળે કે ન મળે તોપણુ તે બાબતની ફરજથી તેઓ કદી પણુ મુક્ત થઈ શકતાં નથી.

બાળક નિયમિત રીતે નિશાળે જાયછે કે નહીં ! અને જાયછે તો

ત્યાં બરાબર ભણે છે કે નહીં ? તેની ત્યાં ચાલચલગત કેવી રહે છે ! અને નિશાળે જતાં આવતાં રસ્તામાં તે સારી રીતે ચાલે છે કે કેમ ? તે વિશે માબાપે ખબર રાખતાં રહેવું જોઈએ, તેમજ મહેતાજીએ પણ પ્રસંગે પ્રસંગે પોતાના શિષ્યના બાપ કે વાલીને તેમના બાળકનાં વિદ્યાભ્યાસ, વર્તન તથા હાજરી બાબત અમુક અમુક મુદતે વાકેફ કરતા રહેવું જોઈએ. એમ કરવાથી એ બાળકના વાલી તથા મહેતાજીને અરસ્પરસ મદદ મળતાં કામમાં સહેલાઈ થશે.

બાળક નિશાળે જેટલો વખત રહે છે તેના કરતાં ઘણો વધારે વખત માબાપની દેખરેખ નીચે રહે છે, જેથી બાળકને ફળવવા અને સુધારવાના પ્રસંગ મહેતાજી કરતાં માબાપને ઘણા વધારે મળે છે, તેથી તેઓ ધારે તો વખતોવખત તેમને અમુક અમુક બાબતનું જ્ઞાન તથા સમજણ આપી શકે, અને મહેતાજી તેમાં અમુક પ્રકારે પૂરવણી તથા સુધારણા કરી શકે.

માબાપે પોતાના બાળકોની ફળવણીનો સઘળો જોગો મહેતાજી ઉપર નાખી દેવો જોઈતો નથી, તેમજ તેમનાજ ભરોસે તથા તેમનીજ આશાપર નેઓએ રહેવું જોઈતું નથી, કેમકે પોતાના કામની પોતાને જેટલી કાળજી ને ફિકર હોય તેટલી બીજાને ક્વચિતજ હોય એ દેખીતી વાત છે.

નિશાળનો મેળો એ એક પ્રકારે જોઈએ તો શંબુમેળા સરખો છે. બધા શિષ્યની જાણે એકજ જાતની વૃત્તિ, વજ્રણુ ને બુદ્ધિની શક્તિ હોય તે પ્રમાણે ત્યાં એક સરખી રીતે અને એક સરખા સંચાથી સર્વેને ફળવણી આપવાનું કામ ચાલે છે; વળી એ તો સહજ સમજાય તેવું છે કે ત્યાં દરેક શિષ્યને માટે જૂદાજૂદા શિક્ષણક્રમ રાખી શકાય નહીં. નટની નજર જેમ દોર ઉપર હોય છે તેમજ મહેતાજીની મુખ્ય નજર ને સૌથી પોતાના નિશાળીઆને વાર્ષિક પરીક્ષામાં કેવી રીતે પાસ કરાવવા

તે ઉપરજ મુખ્યત્વે કરીને રહેછે. તેઓ સમજેછે કે વિદ્યાર્થીઓ પોતપોતાના ધોરણની પરીક્ષામાં પાસ થશે તોજ તેનો આર્થિક લાભ પોતાને મળશે; અને તે ઉકરેા ભણીગણી હોંશિયાર થઇને પૈસા કમાવા લાગશે ત્યારે મહેતાજીને તેમાંથી તે કાંઇ હિસ્સો મોકલાવવાનો નથી !! વળી તે બે પ્રતિષ્ઠામાં ધણા આગળ વધશે તો એ કાનો દીકરો ? એમ લોકો પૂછશે પણ તે કયા ગુરુનો એલો છે એવું પૂછાવાનો સંભવ નથી !

એ પ્રમાણે બાળકને કેળવવાની દ્રવ્ય એક બીજાને માથે ઓળવવાનો મત વખતોવખત થયા કરેછે તે અનિષ્ટ છે.

## બાળકને કેટલી ઉમરે નિશાળે બેસાડવું ?

એનો જવાબ સૌને માટે એક સરખો આપી શકાશે નહીં. જે સંસ્થામાં તેને દાખલ કરવાનું હોય તેની પરિસ્થિતિ, ત્યાંની કેળવણી આપવાની પદ્ધતિ, બાળકની શારીરિક સ્થિતિ, બુદ્ધિ અને તેને થયેલા સંસ્કાર વગેરે ઉપર તેનો મુખ્ય આધાર છે. કિન્ડરગાર્ટનની શૈલીથી જ્યાં કેળવણી આપવામાં આવતી હોય તેવી સંસ્થામાં બાળકને ચાર વરસની ઉમરે પણ દાખલ કરવાની અડચણ જણાતી નથી. બાળકની વય જેમ ઊંટી તેમ તેનો ભણવાનો વખત પણ ઘણો ઓછો હોવો જોઈએ. કેદખાનામાં ગોંધ્યા સરખું તેને કંટાળા ભરેલું લાગવું નહીં જોઈએ.

સામાન્ય રીતે જેતાં આશરે સાત વર્ષની વયે બાળકને નિશાળમાં દાખલ કરવું એ સલાહકારક જણાયછે; એથી બહુ મોટી ઉમર થઇ ગયા પછી દાખલ કરવાનું ઇચ્છવા જોગ નથી. પહેલાં તેને રમકડાં, રંગીત ચિત્રો તથા બીજી લિન્ન લિન્ન પ્રકારની નવાઇ ઉપજે તેવી ચીજો પ્રત્યક્ષ બતાવીને તેમજ પ્રસંગોપાત બોધક વાતો સંભળાવીને માબાપ તેને વિધવિધ પ્રકારનું ધણું જ્ઞાન, રમૂજ ને ગમત સાથે ઘરમાં આપી



શકે, સમજાવવાની સાથે થોડા આંક શીખવી શકે. ઘરમાં અપાએલી કે અપાતી ફળવણીપર નિશાળની ફળવણીનો ધણો આધાર છે. પુસ્તક વાંચીને શીખે તે કરતાં સ્વાનુભવથી શીખે એ વધારે સારું છે.

એકડો બગડો માંડતા શીખે, કાકી ખખખો વાંચતાં શીખે ત્યારેજ બાળકની ફળવણી શરૂ થયેલી ગણાય અને નિશાળે બેસાડયો એટલેજ ફળવાવા બેસાડયો કહેવાય એવી આપણા લોકોની સામાન્ય માન્યતા છે તે બૂલભરેલી છે. નાના બાળકનું ફળવણીનું કારખાનું ધરજ છે, પણ આજકાલ નિશાળનેજ તેવું કારખાનું સમજવામાં આવતું હોવાથી તમારો દીકરો પાંચ છ વરસનો થયોછે, છતાં તમે તેને હજી નિશાળે કેમ બેસાડતા નથી, એમ કેટલાક માણસો તેવા બાળકનાં માબાપને મમતાળું ઠપકો આપેછે! કેમ જાણે નિશાળની ચાર દિવાલો વચ્ચે તેમને પોતાં ને થોડાં દ્વારાજ બધું જાણવાનું રહેલું હોય, અને ઘરમાં કે બહારની વિશાળ દુનિયામાંથી બાળકને ઉપયોગી જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાનો કરો અવકાશજ રહેલો ન હોય!

બચ્ચું જ્યારથી આંખથી જોતાં ને કાનથી સાંભળતાં શીખે ત્યારથીજ તેની ફળવણીનો પ્રારંભ થઈ ચૂકેલો હોયછે, અને બે પાંચ વરસની વય થતાં સુધીમાં તો માબાપ વગેરેની સાનિધ્ય કે પરોક્ષ તેણે પ્રથકપ્રથક અનેક બાબતો વિષે એટલુંબધું તો જોઈ અને જાણી લીધેલું હોયછે કે તેનો યથાર્થ ખ્યાલ માબાપને લાગેજ આવી શકેછે!

કુમળાં બાળકપર વાંચવા, લખવા વગેરે બાબતનું વધારે પડતું દબાણ કરવું એ સારું નથી; તેમજ પોતાને તે પજવે નહીં, રંગડ કરે નહીં અને શેરીના છોકરાંઓ સાથે લડી ઝગડો ઘેર લાવે નહીં એવા હેતુથી પણ તેમને છેક કુમળી વયમાં નિશાળમાં ઝાઝો વખત સુધી ગોંધી રખાવવા માટે માબાપે ત્યાં મોકલી આપવાં એ હાનિકારક છે.

નાની વયમાં તેમને હરવા ફરવાનું, નાચવાનું, કુદવાનું, સારાં ઢ્રષ્ટાંત તથા નવી નવી ચીજો જોવાનું જેમ વધારે મળે તેમ વધારે સારું. કેળવણી તેમને ખીલકુલ કંટાળારૂપ કે બોળારૂપ થઇ પડવી નહીં જોઇએ. છેક નાની ઉંમરમાં નિશાળમાં તેમને ઘણા કલાકો સુધી શેડી રાખવામાં આવ્યાથી તેમની તનદુરસ્તી ઉપર તેમજ મનદુરસ્તી ઉપર ખરાબ અસર થાય છે. તેમનું કાવત ઘટી જાય છે, શરીરે જોઇએ તેવાં તેઓ વધી શકતાં નથી, અને મનથી બેચેન રહે છે. નાનપણમાં બહુ ચંચળ ને આત્માક જણાતાં હોય તેવાં બાળક વધારે પડતા બોળને લીધે પાછળથી બોથડ સરખા-જડલરત જેવા ઘણીવાર બની ગયેલાં જેવામાં આવે છે. પાંચ વરસની ઉંમર પહેલાં તેમને વાંચતાં શીખવવું નહીં જોઇએ. સાત વર્ષની ઉંમર સુધીમાં તેમના મનની કેળવણી કરતાં તનની કેળવણીપર વિશેષ લક્ષ આપવું એ ઇષ્ટ છે. દેખાદેખીથી બાળકોને બહુ વહેલાં વહેલાં એવી નિશાળમાં દાખલ કરતાં, તથા તેમનાપર હદ ઉપરાંત બોળ નાખતાં પહેલાં તેના જોખમનો માખાપે બરાબર ખ્યાલ કરવો જોઇએ. બાળકનું ગળું જોવું જોઇએ. યોગ્ય સમય થયા પહેલાં તેમને નિશાળે મોકલી દેવાની દોડદોડી કરવી તેમજ ત્યાં દરરોજ ઘણો વખત સુધી તેઓ ગોંધાઇ રહે તેવી તજવીજ કરવી એ કોઇપણ રીતે પસંદ કરવા લાયક નથી.

નિશાળમાં યુદ્ધિ કરતાં સ્મરણશક્તિને વિશેષ કેળવવામાં આવે છે. ગોખલુપટ્ટી વધારે ચાલે છે, કેમકે પરીક્ષામાં પાસ કરાવવાનો તે એક રસ્તો ગણાય છે; એથી જોઇએ તેવું સંગીન જ્ઞાન મળતું નથી. પોપટીયું લણતર બાળક જેમ વહેલું શીખે છે તેમ તે પાછું વહેલું પિસરી જાય છે, તેથી એવી શાળાઓના શિક્ષણ ઉપર માખાપે બહુ આધાર રાખવો જોઇતા નથી.

## બોરડીંગ સ્કૂલ.

એટલે એવી નિશાળો કે જ્યાં છોકરાઓને રાત દિવસ રહેવાનું, વિદ્યાભ્યાસ કરવાનું, તથા તેની સાથે દરાવેલા વખતે ખાવા પીવા ને ખેલવાનું, સૂવા અને ખેસવાનું, ખુલ્લી હવાનો લાભ લેવાનું, તેમજ માનસિક તથા શારીરિક શક્તિઓનો વિકાસ કરવાનાં સાધનો મળે છે; વળી જ્યાં સોટીઓનો ઉપયોગ થતો નથી, પણ જરૂરને વખતે શી-ખામણ, સલાદ કે દુધકાનો ઉપયોગ થાય છે. એવી નિશાળો આ દેશમાં કોઈ સ્થળેજ હોય છે પણ યુરોપ ને અમેરિકા આદિ સુધરેલા મુલકમાં ઘણે ઠેકાણે હોય છે. છોકરાઓ ઘરમાં રહીને વિદ્યાભ્યાસમાં સામાન્ય રીતે આગળ વધે તે કરતાં પ્રમાણમાં એવી નિશાળમાં દાખલ થઈને લાંબુ તો તે વધારે તેમજ સારી રીતે આગળ વધે છે, તેમની ચાલચલણમાં સુધારો થાય છે, અને ભવિષ્યમાં જનમંડળને વધારે ઉપયોગી થાય તેવા નીવડવાનો સંભવ રહે છે; વળી એવી બોરડીંગ સ્કૂલમાં રહ્યાથી વિદ્યાર્થીઓની કેટલીક ખાશીયતની ખીલવટ થાય છે, તેમજ કેટલાક પ્રકારનાં કામો જાતે કરવાની, પોતાની સ્ત્રીને સંભાળવાની, તેને જાતે સાફસુક ને ઠીકઠીક રાખવાની, લાણુવા ગણુવા, ખાનપાન તથા ખેસવા ઉદ્ધવા વગેરેમાં નિયમિત થવાની, કાગળપત્રો વગેરે લખવાની, પોતાનો હિસાબકિતાબ રાખવાની, વિવેક, અદ્વય ને મર્યાદામાં રહેવાની, એક ખીજ સાથે બ્રાનૂલાવથી વર્તવાની તેમજ જરૂરને વખતે એક ખીજને મદદ કરવાની તેમને ટેવ પડે છે. એ રીતે પોતાની સંભાળ પોતાની જાતે લેવાનું તથા સ્વાશ્રયી થવાનું માથે પડ્યાથી શીખે છે તેથી એવી કેળવણી ભવિષ્યના સંસારમાં તેમને અનેક પ્રકારે ઉપયોગી થઈ પડ્યા વગર રહેતી નથી.

અલણ, અજ્ઞાન ને ગાંડા પ્રેમવાળી ઘણી માતાઓ કે જેમને પોતાનાં બાળકોને પોતાની છાતી આગળથી વેગળા રાખવાનું મુદ્દલ ગમતું

નથી તેવી માતાઓની નજરથી તેમનાં બાળકોને દૂર રાખ્યાથી તેમનાં અણુધટતા લાડનો ભોગતાર લેવાની, તેમના ખરાબ દાખલાથી અયોગ્ય વર્તન ચાલવાની તથા તેને પરિણામે પોતાનું બવિધ્ય બગાડવાના બાળકોને પ્રસંગ મળતા નથી, પણ ઉપર જણાવ્યા પ્રમાણેની બોરડીંગ સ્કૂલોમાં સારા સોખતીઓના સહવાસમાં રહ્યાથી તથા વિદ્યાભ્યાસમાં વિશેષ ચિત્ત રાખી શકાય તેવી સગવડ મળ્યાથી પોતાનું બવિધ્ય સુધારવાની સારી રીતે તેમને તક મળેછે તેમજ ધરના કરતાં ઘણી બાબતોમાં તેઓ સારી રીતે ગમત મેળવેછે ને ખુશીમાં રહેછે.

જે માઆપ પોતાની નજર તળે પોતાના બાળકને બરાબર કેળવી શકે તેમ હોય, તેમણે તેને બોરડીંગ સ્કૂલમાં મોકલવાની જરૂર નથી, પરંતુ જેઓને બહોળા કામધંધાને લીધે, શારીરિક ને માનસિક નિર્બળતાને લીધે, કમ આવડતને લીધે, તેમજ ઉદરપૂર્ણાને માટે પોતાને પરદેશ રખાડું પડતું હોય તેને લીધે પોતાંકા બાળકને યોગ્ય કેળવણી આપવાની કુરસદ ન હોય, અને તેના કુદરતી વલણને-પ્રકૃતિને અનુસરીને માતા ધર આગળ અવકાશના વખતમાં તેને યોગ્ય કેળવણી આપી શકે તેવી સ્થિતિમાં ન હોય, વધારે પડતા પ્રેમથી ચોકસ ગુણોની ધરમાં ખીલવટ થતી ન હોય, અને ઘેર રાખ્યાથી છોકરાં કુસોખતથી બગડતાં જતાં હોય તો તેમને એવી કોઈ બોરડીંગ સ્કૂલમાં મોકલવા એ ઇચ્છવા જોગ છે. એવી યોજનામાં માઆપને દ્રવ્યનો વિશેષ વ્યય કરવો પડે એ દેખીતું છે, અને તેવો ખરચ કરવાની ઘણાં માઆપને શક્તિ હોતી નથી; વળી મધ્યમ અને ગરીબ એવાં ઘણાં કુટુંબોમાં ધરનાં કામકાજમાં એવા બાળકોની મદદની વખતોવખત જરૂર પડેછે, એવા અનિવાર્ય સંજોગમાં તેઓને પોતાના બાળકની એ પ્રમાણેની ગેરહાજરી પરવડી શકે નહીં, પણ જેઓને એ પ્રમાણેની અડચણ નથી, અને જેઓ બાળકોને બોરડીંગ સ્કૂલમાં રાખીને કેળવણી આપવા પાછળનો ખરચ કરવાને શક્તિવાન હોય, પણ એ સંતાનોને ઘેર રાખી ધટતી રીતે તાલીમ આપવાની જોગવાઈ તેમનાથી બની શકે તેમ

ન હોય તો તેમણે એવી બોરડીંગ સ્કૂલનો લાભ લેવાને વેળાસર તજવીજ કરવી એ બહેતર છે, અથવા ઇંગ્લાંડ જેવા દેશમાં લામક કુટુંબો ચોક્કસ સ્વાજમ લેઈ એકાદ એ બાળકોને પોતાને ત્યાં રાખી તેમને કેળવણી આપવાનું માથે લે છે, તેવી જો આપણા દેશમાં સગવડ થઈ શકે તેમ હોય તો તે પ્રમાણે કેળવણી આપવા માટે પોતાના સંતાનને ત્યાં સોંપવામાં આવ્યાથી તેનું પરિણામ સારું આવવાનો ધણો સંભવ છે.

ઉપર પ્રમાણે બાળકોનાં વિદ્યાભ્યાસ અને વર્તનમાં સુધારોવધારો થવાનો મુખ્ય આધાર તે સ્કૂલના અધ્યક્ષ અને ઉપાધ્યક્ષ ઉપર અવલંબી રહેલ છે. એવા કાર્યવાહકોએ શિષ્યો તરફ સદા સ્નેહલાવથી વર્તવું જોઈએ તથા તેમની બરાબર સંભાળ અને દેખરેખ સારી, તેમજ તેઓ માંદા પડે તો તેમનો સારવાર માટે નિશાળના મકાનમાંજ હમેશ રહેવું જોઈએ. વળી તેઓ ઉત્તમ આચરણ, ઉત્તમ નીતિરીતિ ને સ્નેહની સારી લાગણીવાળા કાર્યકુશળ ને કાબેલ હોવા જોઈએ. તેઓ જો પોતાની ફરજ યોગ્ય પ્રકારે બજાવે નહીં, પોતાને હવાલે સોંપાએલા બાળકોની ઉન્નતિના ઉપાય અંતઃકરણની લાગણીથી યોગ્ય નહીં, તેમની તનદુરસ્તીને માટે જોઈતું લક્ષ આપે નહીં તેમજ તેમની રહેણીકરણી ઉપર સીધી અને આડકતરી રીતે બરાબર દેખરેખ રાખે નહીં તો એવી સ્કૂલમાં સૂક્યા કરતાં બાળકોને ઘેર રાખીને મથાશકિત કેળવવાં એ સલાહકારક છે.

અગાઉના વખતમાં બાળકોને ઉપવિત આપ્યા પછી વિદ્યાભ્યાસને માટે કાશી વગેરે પવિત્ર સ્થળે ગુરુકુળમાં મોકલવાનો પ્રચાર હતો, કે જેનું ફારસ હાલ બાળકોને ઉપવિત ધારણ કરાવ્યા પછી બડોડા દોડાવીને ભજવી બતાવવામાં આવે છે! અગાઉની અને હાલની શિક્ષણ પદ્ધતિમાં ઘણો ફેર છે. અગાઉ અધ્યાપકોને ત્યાં વર્ષોનાં વર્ષો સુધી રાત દિવસ રહેવું પડતું, ત્યાં તેઓ બધી રીતે ધડાતા. હાલના બોરડીંગોની પેઠે ત્યાં તૈયાર રસોઈ મળતી નહીં, તેમ ધોતીયાં પોતીયાં પણ કાંઈ ધોઈ

આપતું નહીં, પરંતુ એવું કામ વિદ્યાર્થીઓને જાતે કરવું પડતું, લાકડાં વાઢવા જંગલમાં જવું પડતું, રસોઈ પણ હાથે કરવી પડતી, તથા સ્ત્રીધું સામાન પણ જાતે પેદા કરવો પડતો. અધ્યયન કુટ્ટી ને બીજાના વગેરે જાતે સાફ રાખવાં પડતાં, ગુરૂની તથા ગુરૂપત્નીની સેવા ચાકરી કરવી પડતી. બ્રહ્મચર્ય, પથ્ય, ને મિતાહાર વગેરે નિયમોનું બરાબર પાલન કરવું પડતું; એ રીતે યોગ્ય પ્રકારના વિદ્યાભ્યાસ સાથે તેવા વિદ્યાર્થીઓને ઉપર દર્શાવ્યા પ્રમાણે શારીરિક કસરત પણ મળતી જેથી તેઓ શરીરે નીરોગી રહેતા અને ઉત્સાહપૂર્વક પોતાનો વિદ્યાભ્યાસ ચલાવતા.

હાલના જમાનાને અનુસરતી પદ્ધતિ પ્રમાણે દીકરા અને દીકરીઓની ફળવણી માટે જૂદીજૂદી સંસ્થાઓ ઠેકાણે ઠેકાણે સ્થાપવાની ધણી આવશ્યકતા છે.

## “પુત્રનાં લક્ષણ પારણામાંથી વરતાય.”

એવી કહેવત આપણે ધણીવાર સાંભળીએ છીએ પણ તે સર્વોપેક્ષે સત્ય હોય એમ સાબિત થઈ શકતું નથી, કેમકે જેમ તેની તરફેણમાં તેમજ વિરુદ્ધમાં પણ ઘણાં દષ્ટાંત નજરે પડે છે.

વરાણચંદ્રનો શોધક જેમ્સ વૉટ જ્યારે માત્ર ૭ વરસનીજ વયનો હતો ત્યારે ભૂમિતિના સિદ્ધાંતોનું પ્રતિપાદન કરતો અને યુક્તાપર પાણીના કીટલી ઉકળતી તેની વરાળ એકઠી કરીને કંઈ કંઈ પ્રયોગ કરતો. કવિ વૉટસન જ્યારે બાળક હતો ત્યારે બીજાઓ સાથે થતી સાધારણ વાતો પણ ગમે તેવા રાગડામાં ઉતારીને વાતો કરવાની તેને ટેવ પડી હતી. પ્રખ્યાત કવિ તુળસીદાસ નાનપણમાં રામની ધૂન લગાવતા હતા; એવા બાળચરિત્ર પ્રમાણે એમાંનો પહેલો ભવિષ્યમાં વરાણચંદ્રનો શોધક થયો અને પાછ-

ળના બન્ને પ્રખ્યાત કવિ થયા, તથા એ ત્રણે જણે ભૂતળપર પોતાનાં નામ રાખ્યાંછે. એવા દાખલાનો તોટો નથી.

સર આઈઝેક ન્યુટન બાહ્યાવસ્થામાં ખીલકુલ સામાન્ય બુદ્ધિનો દેખાતો હતો. નિશાળમાં પોતાના વર્ગમાં તે છેલ્લો નંબર ભાગ્યેજ છોડતો ! ઇંગ્રેજ વારતાઓ લખનાર સર વૉલ્ટર સ્કૉટ બાળપણમાં બુદ્ધિબળમાં પથરના ભમરડા જેવો ગણાતો હતો. તેના એક વિદ્યારુચ્છે તેને માટે એવો અભિપ્રાય આપ્યો હતો કે “આ છોકરો બહુજ મૂઢ છે અને તે ભવિષ્યમાં પણ તેવોજ મૂઢ રહેવાનો.” આપણા પ્રખ્યાત ન્યાયમૂર્તિ મરહુમ શ્રીયુત મહાદેવ ગોવિંદ રાનાડે બહુજ બુદ્ધિશાળી નીવડશે એમ તેમની બાહ્યાવસ્થામાં કાંઈએ ભાગ્યેજ ધાયું હશે; પણ આગળ જતાં તેમાંના પહેલા સર આઈઝેક ન્યુટન મહાન શોધક, ખીજા સર વૉલ્ટર સ્કૉટ ઉમદા વારતા લખનાર થઈ ગયેલછે, તથા ત્રીજા મિસ્તર રાનાડે સ્વદેશોત્કર્ષના કામમાં તનમનથી બહુજ આગળ પડતો ભાગ લેનાર તરીકે પ્રસિદ્ધ થઈ પોતાનું નામ રાખી ગયાછે. ટુંકામાં કહીએ તો બાળપણમાં જેઓ વયના પ્રમાણમાં વિશેષ-આજ્ઞાક જણાતા, વખણાતા, હોંશિયારમાં ખપતા, અને આગળ ઉપર પરાક્રમી નીવડ્યા વગર નહીં રહે એવા લાગના તેઓ ભવિષ્યમાં બોથડ સરખા નીવડેલા એવા પણ દાખલા થયા છે, અને નાનપણમાં જેઓ મંદમતિ હતા તે મોટપણમાં ઝળકી ઉઠ્યાછે એમ પણ કવચિત જોવામાં આવેછે; મતલબ એને માટે કાંઈ ચોક્કસ નિયમ હોય એવું જોવામાં આવતું નથી, તેમજ બાળપણમાં તેમનાં જે કાંઈ લક્ષણ દ્રષ્ટિગોચર થાય તેની વાસ્તવિક પરીક્ષા કરી તે સંબંધે કાંઈ ચોક્કસ નિર્ણય ઉપર આવી શકાય તેમ પણ લાગતું નથી.

નાનપણમાં જેમણે ધણું બોયાં ફાડયાં હોય અને જેઓ બહુજ

તોફાની હોય તેઓ લવિષ્યમાં ધણા આગળ પડતા ને પરાક્રમી નીકળી આવ્યાછે એમ પણ કેટલીએક વખત જોવામાં આવેછે.

સંતાનનાં લક્ષણ નાનપણમાં તેને જેવા સહવાસ અને સંયોગ રહે, અર્થાત્ જેવા વાતાવરણમાં તે ઉછરે અને કેળવાય તે ઉપરથી સામાન્યપણે તેમનાં લક્ષણ વરતાય એમ કહેવું એ વધારે બંધબેસતું લાગેછે.

### પરગળુપણું.

બહોળો મેળવવાની આશા રાખ્યા વગર પારકાને કોઇપણ પ્રકારે ઉપયોગી થવું એ પરગળુપણું છે.

બાળકોએ જેમ નિશાળમાં તેમજ નિશાળની બહાર કોઇને માફું લાગે તેવું જોણવું કે કરવું નહીં જોઇએ, એક બીજા સાથે હળીમ-ળીને રહેવું જોઇએ, સૌનું ભવું ધરવું જોઇએ. આંધળાં, દુર્લા, લગડાં વગેરે અપંગ તથા છેક અશક્ત તેમજ વયોવૃદ્ધ હોય તેમને બનતી મદદ કરવી જોઇએ.

નિશાળમાં કોઇ છોકરો પેન્સીલ વગેરે લાવવાનું ભૂલી ગયો હોય તો બીજા જે નિશાળીઆ પાસે વધારાની પેન્સીલ વગેરે હોય તે અથવા તેવા સાહિત્યનો નિશાળમાં લ્પાડે પોતાને ખપ ન હોય તો તે પેલા છોકરાને એ ટાણે વાપરવા આપીને તેણે પરગળુપણું બતાવવું જોઇએ. નખળા અભ્યાસવાળા છોકરાને સારા અભ્યાસવાળા છોકરાએ પાઠ તૈયાર કરવામાં અવકાશ બનતી મદદ કરવી જોઇએ. કોઇ ગરીબ છોકરા પાસે રમવાનું સાધન ન હોય તો બીજા તેવાં સાધનવાળા છોકરાએ ધૂરસદને વખતે રમવા માટે તેને પોતાનું સાહિત્ય આપીને પોતાની



સારી લાગણી બતાવવી જોઈએ; કોઈ તોફાની છોકરો ખીજા છોકરાને મારતો હોય તો તેને મૂકાવવો જોઈએ. કોઈ બાળક જૂલું પડેલું હોય, તેના ઘરની ખબર હોય તો તે બાળકને તેને ઘેર પહોંચતું કરવું જોઈએ. રસ્તામાં કોઈ માણસ જૂલું પડેલું હોય તો તેને ખરો રસ્તો બતાવવો જોઈએ.

પૈસો ખરચ્યા સિવાય જાત મહેનતથી તેમજ જીલથી પણ પરગળુપણાના કામ થઈ શકે છે. દુઃખીઓની દાઝ જાણવી, તેમને દુઃખથી મુક્ત થવામાં મદદ કરી શકાય તેમ હોય તો બનતી મદદ આપવી, માયાળુપણાથી ખબરઅંતર પૂછવી, તેમને દિલ્લાસો દેવો. ખીજાનું કોઈ પણ પ્રકારે લજું કરવું એમાં પોતાનું પણ લજું છે. એ મુજબ અન્યને તેની આપણિના વખતમાં બનતી સહાય કરવાનું માથાપે પોતાના બાળકને શીખવવું જોઈએ.

યશ, માન, વખાણ કે બદનામી અપેક્ષા રાખી બતાવેલું પરગળુપણું તે ખરું પરગળુપણું નથી; પરગળુપણાના કામ એવી લાલચ વગર પ્રભુ પ્રીત્યે થવાં જોઈએ.

ખરો પરગળુપણાનો બદલો મોડો કે ઝડપો, થોડો કે ઘણો, એક વાર કે અનેક વાર મળ્યા વગર રહેતો નથી. પછી તે બદલો મળેલો પ્રત્યક્ષ રીતે જાણવામાં આવે કે ન આવે એ જૂદી વાત છે; વળી પરગળુ માણસને તેમનાં તેવાં કામ જેમ હર્ષના તેમ શોકના સમયમાં પણ સુખનાં સાધનરૂપ થયા વિના રહેતાં નથી.



## શક્તિ ઉપરાંત બોજે.

બાળકની બુદ્ધિના વિકાસનો આધાર જેમ બીજી કેટલીક બાબત ઉપર છે, તેમ તેની ઉંમર, તનદુરસ્તી તથા મનદુરસ્તી ઉપર પણ રહેલો છે, જેથી તેની ઉપર કોઈપણ પ્રકારનો બોજ મૂકતાં પહેલાં એની એવી શક્તિઓનો પણ વિચાર કરવો જોઈએ; કેમકે ગળ ઉપરાંત બોજ મૂક્યા કરવાથી પરિણામે લાલને બદલે ઘણી હાનિ પહોંચવાનો સંભવ છે.

બાળક અમુક કલાક સુધી નિશાળમાં ભણી આવ્યું એટલાને બસ ન ગણીને ઘેર પણ તેને વિદ્યાભ્યાસ કરાવવા માટે કેટલાંક માળાપ ખાનગી માસ્તરને રોકે છે. બાળક થાકી પાકીને, કંટાળીને નિશાળેથી ઘેર આવે, ત્યાં થોડીવારમાં ખાનગી માસ્તર હાજર થનાર હોય એટલે લુસલુસ ખાધું, ન ખાધું કરીને એ માસ્તર પાસે ભણવા બેસવાને તેને તૈયાર થઈ રહેવું પડે છે, તથા તે આવ્યાથી તેની પાસે પણ મગજમારી કરવી પડે છે, તેમજ તે પછી પણ તેનાં કમળો આરો આવતો નથી, કેમકે માળાપ તેને બહાર રમવા જવા દેવાને ખુશી ન હોવાથી તેને બહાર જવા દેવાની રજા આપતાં નથી. પોતાનું બાળક ઘરમાં રહે તેટલીવાર તે એક ટુકાણે બેસી રહીને ચોપડીઓ લેખને ભણ્યા કરે તે તેમને બહુજ ગમે છે, જેથી જ્યારે ત્યારે તું વાંચવા બેસતી, તું લખવા બેસતી, તું હજી ભણવા કેમ બેસી નથી, રમવામાં તારે શું દહાડો વળશે ? તારે શું કાંઈ “લેસન” બેસન કરવાનું નથી ? એ પ્રમાણે ઘણાં ઘરમાં માળાપ બાળકને ગોદગોદ કરતાં કણગાયર થાય છે.

શ્રમને અંતે વિશ્રામની જરૂર કુદરતી રીતે રહેલી હોવાથી મહેનત કરાવ્યા પછી માણસો પોતાના ઘોડાને, બળદને અને ગધેડા વગેરે જાનવરને વિસામો ખાવા દે છે. નિર્જીવ ગણાતી જમીનને પણ જમીનદારો

કોઈવાર વિસામો આપેછે. બાળકને પણ એ પ્રમાણે વિસામો આપવાનો વિવેક ને વિચાર રાખવો જોઈએ, અને તેની પાસે અમુક પ્રકારની મહેનત કરાવ્યા પછી જોઈતો આરામ તેને આપવો જોઈએ. એ મુજબ જોઈતો આરામ તેને ન મળે તો ઉંઘ બરાબર આવે નહીં, તેથી ખોરાક બરાબર પચે નહીં. ગળ ઉપરાંત લાલુવાના બોળથી જઠર ને ફેફસાં પોતાનું કામ બરાબર બજાવી શકતાં નથી તેથી શરીર કથળી જાયછે તથા તેને પરિણામે રોગનું જોર સ્વાભાવિકરીતે ફાવેછે.

બાળકને યંત્ર સરખા સમજીને તેમને એકદમ પાવરધા બનાવી દેવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવેછે, તે પરિણામે ઇચ્છિત ફળને આપતો નથી. જેમ “**ઉતાવળે આંખા પાકતા નથી**” તેમ ઉતાવળથી કરાવેલો અભ્યાસ સફળ થતો નથી. જલદી શીખેલું જલદી વિસરી જાયછે, અને પરિણામે સસલા તથા કાચબાની કથા સરખું થઈ પડેછે.

હદ ઉપરાંત વાંચવાંચ ને લખાવખ કરવાથી ઉગતાં બાળકનાં મગજ ઘણાં નબળાં પડી જાયછે. આખો દિવસ આ આ કરે તો શરીર બગડે એમ દરેક માઆપ સમજેછે, તેમ આખો દિવસ વાંચ વાંચ કરે તો બાળકોની પ્રકૃતિ બગડે, મગજ ખવાઈને ખરાબ થઈ જાય તથા તેઓ શરીરે નિર્બળ થઈ પડે એવું થોડાંજ માઆપ સમજતાં હશે. ખોરાક જેમ પચવો જોઈએ તેમ લાલુતર પણ પચવું જોઈએ, પરંતુ નિશાળની પરીક્ષાઓમાં પાસ કરાવી દેવાના ઉછરગમાં પોતાનાં બાળકના આરોગ્યનો તેમને લાગ્યેજ વિચાર આવતો હશે. “**પહેલું સુખ તે જાતે નથી**” એ કહેવતને બદલે “**પહેલું સુખ તે પાસજ પડ્યા**” એમ તેવાં માઆપને મનથી લાગેછે. પરીક્ષા એ આજકાલ સ્વર્ગની સીડી સમાન ગણાયછે.

આશરે આઠ વરસનો છોકરો ગુજરાતી ભાષાના ત્રીજા ધોરણને કે બાર વરસનો છોકરો ઇંગ્લેશ ત્રીજા કે ચોથા ધોરણનો અભ્યાસ કરતો હોય તે જાણીને માણસો રાજીના રેડ થઈ જાય છે ! બીજાનો છોકરો વયના પ્રમાણમાં ઉંચા ધોરણનો અભ્યાસ કરતો હોય અને પોતાનો દીકરો તેની ઉંમરના પ્રમાણમાં એ છોકરા કરતાં ઉતરતા ધોરણમાં હોય તો તેઓ નિરાશ ને નાઉમેદ રહે છે, અને પ્રસંગ મળ્યાથી તેઓ પોતાના છોકરાને કહે છે કે—જો તારા કરતાં આ નાનો છોકરો કેટલો બધો હોંશિયાર છે, અને તું તો કોઠ ને નમાલા સરખો રહ્યો છું; એમ કહીને તે ઉંચા ધોરણવાળા છોકરાને તેમજ તેના વાલીને સાબાશી આપે છે ! પછી ભલે તે ઉંચા ધોરણવાળો છોકરો ભણતરના વધુ પડતા બોળને લેઈને, તેમજ જોઈએ તેવો ખોરાક ન મળવાને લીધે, અને રમતગમતના અભાવે શરીરે નિર્માલ્ય પ્રકૃતિનો થઈ ગયો હોય પરંતુ તેનો કોઈ ભાવ પૂછતું નથી, તે આપણની કોઈ દયા ખાતું નથી કે તે દિશામાં લાગતા વળગતાનું લક્ષ્ય ખેંચાતું નથી; વળી એવા છોકરાના વાલીને તેનો કોઈ ઓળખીતો એમ કહેતો હોય એવું કોઈએ સાંભળ્યું છે કે—“તમારો છોકરો તેની વયના પ્રમાણમાં શરીરે કેમ વધ્યો નથી, કે કૌંવતવાળો થયેલો દેખાતો નથી પણ તે એટલો દુર્બળ ને શીકા ચહેરાવાળો કેમ જણાય છે ? તથા તેનું શરીર ભોંયમાં કેમ પેસતું જાય છે ?” હાલની ઉછરતી પ્રજા શરીરે નબળી ને હોશકોશ વગરની સામાન્ય રીતે થતી જાય છે તે વિષે જે કોઈ શંકાશીલ હોય તેમણે કોઈ પણ નિશાળે જઈને ત્યાં ભણતા બાળકોની મુખમુદ્રા જોઈ આવીને પોતાની ખાતરી કરવી જોઈએ.

પરીક્ષા એ આજકાલ જાણે સરતનું મેદાન થઈ પડેલ છે એટલે તેને હદ વિનાની અગત્ય લાગુ પાડીને માખાપો પોતાનાં કુમળાં બાળકની અમૂલ્ય તનદૂરસ્તીનું બલિદાન આપે છે તથા લોહીનું પાણી કરે છે.

રાતી રામણુ જેવા છોકરા પરીક્ષા માટે રાત દિવસ માથાકૂટ કરીને શરીરે પીળા ફેફરેલ સરખા થઇ જાયછે એટલે પરિણામે-લવિષ્ણમાં બાહોશ કરતાં બેહોશની સ્થળ્યા ઘણી જોવામાં આવેછે.

ચોપડીઓનો ઉપયોગ માત્ર સહાયરૂપ છે, તેને સાધનરૂપ કરી નાખવામાં આવ્યોછે. ચોપડીઓજ માત્ર કેળવણીનું મોટું ને અસરકારક સાધન છે એમ સમજવામાં ગંભીર ભૂલ થાયછે. કેમ જાણે પુસ્તક સિવાય જ્ઞાનપ્રાપ્તિનાં બીજાં કંઈ સાધન ન હોય ! ચોપડીઓ બાળક માટે નહીં પરંતુ બાળકજ જાણે ચોપડીઓ માટે પેદા થયા હોય એમ સામાન્યરીતે વર્તવામાં આવેછે.

પોતાનો દીકરો વિદ્યાભ્યાસમાં ઘણો નબળો હોય તેથી વાર્ષિક પરીક્ષામાં વધારે બાબતમાં નાપાસ થયાથી તેને ઉપરના ધોરણમાં ચડાવવામાં ન આવે તો ઘણાં માબાપ તેથી બહુ નાર્સીપાસ થઇ જાયછે. ઉપરના વર્ગમાં તેને જો ચડાવવામાં ન આવે તો તેનું એક વર્ષ બગડશે એવા ખોટા ખ્યાલથી તેને ઉપરના વર્ગમાં દાખલ કરાવવા માટે કેટલાક બાપ માસ્તર પાસે જઇને કરગરેછે, કાલાવાલા કરેછે, કોઈની લાગવગ લગાડેછે તેમજ એ પ્રમાણે પોતાની માગણી મંજૂર કરાવવા માટે જેટલો થાય તેટલો મત્ત કરેછે અને એમાં ફળિભૂત ન થયાથી બીજી નિશાળે દાખલ કરવાની જોગવાઈ થાય તેમ હોય તો તેમ કરવાને ચૂકતા નથી ! આવી બાબતમાં માત્ર એકલાં વગર કેળવાએલાં માબાપોજ દુરાગ્રહ કરતાં જણાતાં નથી, પરંતુ કહેવાતા લણેલા ગણેલા બાપ પણ પોતાના નાપાસ થયેલ દીકરાને ઉપરના ધોરણમાં ચડાવવા માટે પોતાથી જેટલો અને તેટલો કદાગ્રહ કર્યો વિના રહેતા નથી.

કોઈ નહારા છોકરા પોતાના શિક્ષકપર પક્ષપાતપણાનો અથવા બીજી અયોગ્ય વર્તણૂકનો આરોપ મૂકેછે. એમની એવી ફરિયાદ વિશે કેટલાંક માબાપ જોઈતી તપાસ ન કરતાં તે વાત સાચી માનેછે, અને પોતાના શહેરમાં

એવી બીજી નિશાળ હોય તો ત્યાં પોતાના એ છોકરાને દાખલ કરાવે છે તે પણ તેટલુંજ અદ્યતિ છે; કેમકે એથી એવા છોકરાંની ગેરવાજબી વર્તણૂકને ઉત્તેજન મળે છે.

અમુક ધોરણના અમુક વિષયમાં છોકરો ઘણા કાચો હોય તેનો પરિપક્વ અભ્યાસ તેજ ધોરણમાં તેને રાખીતે ન કરાવતાં તેને ઉપરના ધોરણમાં ચડાવવામાં આવે છે પણ ત્યાં તે એવડો અભ્યાસ કરવાને શક્તિવાન બીલકુલ થઈ શકતો નથી, તેમજ બોળ ઉઘટો વધી પડ્યાથી નાહકનો ઘસડાય છે અને પરિણામે કેટલીક વાર થાકીને-કાપર થઈને તેને વિદ્યાભ્યાસ છોડવો પડે છે; અર્થાત્ પાછળનો અભ્યાસ બરાબર પાકો કરાવ્યા વિના ઉપરના ધોરણમાં છોકરાને ચડાવવો એ સલાહકારક નથી. ઘણા કાચા અભ્યાસવાળો છોકરો નીચલા ધોરણમાં એ વર્ષ રહે તેના કરતાં ઉપરના ધોરણમાં એ વર્ષ રહે તો તે અહેતર છે એવો વિચાર પસંદ કરવા લાયક નથી.

ઘણાં માણસોની આર્થિક સ્થિતિ જોઈએ તેવી સારી હોતી નથી, તેથી તેઓ પોતાનાં સંતાનને દૂધ, દહીં, ઘી, ગોળ, મેવો અને મધ વગેરે પુણીકારક ખોરાક જોઈએ તેટલો આપી શકતાં નથી, છતાં તેમને પરીક્ષામાં બીજાની હરીફાઈમાં ઉતારવાની હદ વગરની હોંસ રાખે છે, એટલે લણાવવામાં શરાપૂરા ને ખવરાવવામાં ખેરસલા જોવું થાય છે ! વિદ્યાભ્યાસનો બોળ વધારે હોય પણ પૂરતું પોષણ મળે તેવો ને તેટલો ખોરાક બાળકો પામે નહીં, વળી તેમને જોઈતી આશાએસ મળે નહીં તો એવાં બાળકોનાં શરીર દુર્બળ રહે છે. કાંઈ કાંઈ તેવાં બાળકોનાં હાડકાં ને પાંસળાં ગળી શકાય તેવાં તેમનાં શરીર કૂશ થઈ ગયેલાં હોય છે, અને તેથી પરિણામે ક્ષય વગેરેની બીમારી પેદા થવાનો સંભવ રહે છે.

અસલા બોળતું પરિણામ અસાધારણ માહું આવે એ દેખીતું છે, પરંતુ દીલગીરીની વાત છે કે માબાપનું ધકઝ્ખાન તો પોતાના બાળકને પાસ કરાવવા ઉપરજ હમેશ રહ્યા કરે છે.

નિર્જીવ યંત્ર પણ જોઈતી આશાએસ અને તેલ વગેરેના ખોરાક વગર જલદી ઘસાઈને થોડા વખતમાં નકામાં સરખાં થઈ પડે છે, તો બાળકશ્રી સજીવ યંત્રની તનમનની શક્તિઓનો પૂરતો ઉધ, આશાએસ, ને પૌષ્ટિક ખોરાકને અભાવે તેમજ વધારે પડતા ચાલુ પરિશ્રમથી ખોરકૂટા કેમ ન વળી જાય ? તે માટે પૂરતો વિચાર કરવો જોઈએ.

જુના જમાનામાં માણસો કદાવર ને નિરોગી હતાં પણ ચાલતા જમાનામાં આપણા દેશનાં માણસો તનથી તેમ મનથી નિર્બળ ને રોગીજી જોવામાં આવે છે તેનું મુખ્ય કારણ એ છે કે હાલમાં માણસોને માનસિક શ્રમ પોતાનાં ગળ કરતાં વધારે પડતો કરવો પડે છે અને તેના પ્રમાણમાં જેમ તેમને જોઈતો આરામ તેમ ઘણાંઓને પુણીકારક ખોરાક પણ મળતો નથી છતાં એવા લાખો લોકોને “ખાવું ખોટું ને રળવું સાચું” એવી લોકોક્તિ અન્યમ હાલના જમાનામાં પોતાના અને પોતાના કુટુંબના ઉદ્ધરણપણ વગેરે ધરખરચને માટે રાતદિવસ જીવતોડ મહેનત કરવી પડે છે એટલે પરિણામે તેમની તબીબત બગડે છે, અને જીંદગી થોડીઘણી ટુંકી થાય છે. અગાઉના જમાનાના માણસોની પેઠે હાલના જમાનાના માણસોને તનમનનો પૂરતો આરામ લેવાનો અવકાશ ભાગ્યેજ મળે છે. રળવા ખપવા વગેરેની પ્રવૃત્તિ અને જંગળ હાલના વખતમાં બહુજ વધેલી છે, અને વળી વધતી જાય છે. કેટલાંએક માણસોને શાંત ચિત્ત રાખીને બરાબર ચાવીને જમવા જેટલી નિરાંત ઘણીખરી વેળા હોતી નથી એટલે બનતી ત્વરાથી પેટનો ખાડો પૂરો ભેઈને છેલ્લે કાગળે તેમને પોતાના ધંધા રોજગારપર દોડી જવું પડે છે; એવી સ્થિતિમાં જમ્યા પછી થોડો વખત વિશ્રાંતિ લેવાની કુરસદ એમને નજ મળે એ દેખીતું છે.

બાળકોનાં મન તેમજ તન ઉપર વિદ્યાભ્યાસનો વધારે પડતો બોજ રજા કરવાથી તેમાંના કેટલાંક એ રોટલી પણ સારીરીતે પચાવી શકતાં નથી, પૂરતો નિદ્રા મેળવી શકતાં નથી, માથું ને મગજ દુખવાની તથા

સ્મરણશક્તિ ધરી ગયાની ફરિયાદ એ તો જાણે સાધારણ થઈ પડી છે. કેટલાંક હાડપીંજરના માળા જેવાં નર વગરનાં, કેટલાંક “સોમ સાજા” ને મંગળ માંદાં” જેવાં, પાંચ દસ શેર બોજ થોડી વાર સુધી ઉપાડી શકે નહીં કે ગાઉ અથગાઉ પણ સહેલાઈથી ચાલી શકે નહીં તથા ટાઠ તડકા વેડી શકે નહીં; તેવા મુડદા સરખા નિર્માત્ર્ય વિદ્યાર્થીઓ ભવિષ્યની જીંદગીની લડતમાં શાનું જોર મારી શકે ? જન સમાજનું અને સ્વદેશનું કલ્યાણ કરી શકે ? કે કાંઈ પરાક્રમ બતાવી અન્યને જાણુવા જેવા ઉપકારક થઈ શકે ? એ કહેવા કરતાં વિચારો લેવું સહેલ છે.

આ મુલકની હાલની પ્રજા કદે દીંગણી, શરીરે દુબળી અને દાંતે નખળી થતી જાય છે. પહેલવાન સરખા કદાવર બાંધાના માણસો હવે જવડેજ જોવામાં આવે છે.

ઉંચ કળવણી પામેલાઓ ઉપર આપણા દેશના અન્યુદયનો મોટો આધાર છે, પરંતુ ‘યુનિવર્સિટી’ ની ડીગ્રીઓ પામેલા આપણા ‘ગ્રેજ્યુએટો’ માંથી શરીરે કદાવર ને મજબૂત હોય એવાં માણસો પ્રમાણમાં બહુજ ઓછાં જોવામાં આવે છે; બાકીનાઓની શારીરિક સ્થિતિ હાલહવાલ થઈ પડેલી જોવામાં આવતાં તેમના પ્રત્યે દયાની લાગણી ઉત્પન્ન થાય છે. લોહી વગરના શીકા ચહેરા, નબળી છાતી, ડાચાં બેડેલાં, ગાલમાં ખાડા, છુદા જેવી વળી ગયેલી શરીરની કાડી તેમજ કેટલીક ઇંદ્રિયો ને અવયવોનું શિથિલપણ જોવામાં આવે છે. નાક ઉપર ચસ્મા ચડાવ્યા વગર ચાલતું હોય એવા કોઈ સમ ખાવા માટે જડે તો આપણાં અરોલાઅય ! તેઓ ગમે તેટલી વિદ્વતા પામ્યા હોય તોપણ તેથી શું ? નમુનારૂપ ચારિત્રવાન થવામાં, દેશની હરકોઈ પ્રકારે ઉન્નતિ કરવામાં અને કોઈ સ્વતંત્ર ધંધોધાપો કરી ઝળકી ઉઠાય તેવા પ્રયત્નમાં આગળ પડતો ભાગ લેવામાં, લોકોપકારક નવી હીલચાલો ઉપસ્થિત કરવામાં તેમજ ધણા જોખમવાળા ઓહદા ભોગવવાની કળવળ ધરાવવામાં પ્રમાણમાં ઓછા-બહુજ ઓછા જણ સ-



કિતવાળા જણાએલાછે, ત્યારે કેટલાએક તો પોતે પોતાને તેમજ અમુક પ્રકારે બીજાઓને પણ બોળાવે થઈ પડેલા દ્રષ્ટિબોધર થાયછે.

કેટલાક 'ત્રેન્ન્યુએટો' એ કુદરતનો એક પ્રકારનો ક્રમ બોળાવી જઈને આગળ વધવામાં ફોતેહમંદી મેળવેલી હોયછે, તે એવી રીતે કે- પ્રથમ બાલ્યાવસ્થા, પછી યુવાવસ્થા અને છેવટ વૃદ્ધાવસ્થા થાય એવો કુદરતનો નિયમ છે, પણ તેવા ત્રેન્ન્યુએટોએ માનસિક કંજવણી લેતાં તનની કંજવણીની જોઈતી દરકાર રાખી તેને માટે જોઈતો શ્રમ વખતસર નહીં કર્યાથી તથા માનસિક શ્રમ પોતાની શક્તિ ઉપરાંત કર્યા કરવાથી, તેમજ શારીરિક પ્રકૃતિને સારી રાખે તેવા પૌષ્ટિક ખોરાક બધું તેમને નહીં મળી શક્યાથી બાલ્યાવસ્થામાંથી યુવાવસ્થામાં પ્રવેશ ન કરતાં પાંધરા વૃદ્ધાવસ્થા ધારણ કરી લેવામાં તેઓ સમર્થ નીવડ્યાછે ! એને માટે જેટલો અફસોસ કરીએ તેટલો ઓછો છે, કેમકે તેમનાપર સ્વદેશે બાંધેલી આશાઓ ને ઉમેદો સદાને માટે ધૂળ-ધાણી થઈ પડીછે.

## તન તથા મનને નિકટનો સંબંધ.

શરીર તથા મનને નિકટનો સંબંધ છે તેથી જો શરીર આરોગ્ય હોય તોજ મન આરોગ્ય રહેછે. શરીર રોગગ્રસ્ત હોય તો મન સ્વસ્થ રહી શકતું નથી પણ બેચેન રહેછે, તથા પોતાનું કામ સંતોષકારક રીતે બજાવી શકતું નથી. તનબળના અભાવે મનબળ નિરૂપયોગી સરખું થઈ પડેછે, માટે જેઓને મનથી અને મગજથી કામ કરવાનું હોય તેઓએ જેમ મનને તેમ તનને જોઈતો શ્રમ આપીને તેને કસવું એ આવશ્યક છે, કેમકે તન તથા મન એમાંનું એક નાદુરસ્ત હોય તો તેની અસર બીજાને પહોંચ્યા વગર રહેતી નથી. એકલા માનસિક વિકાસથી કે એકલા શારીરિક વિકાસથી જોઈએતેવી ઉત્તિ થઈ શકે નહીં. તન તથા મનરૂપી બન્ને પક્ષાં બરાબર રહેવાં જોઈએ કેમકે એ બન્નેને

એક બીજા ઉપર ઘણાજ આધાર હોવાથી તેની અસર એક બીજાને થયા વગર રહેતી નથી. તન કરતાં મન કેળવ્યાથી છોકરાઓને ભવિષ્યમાં વધારે પૈસાની પ્રાપ્તિ થશે એવા હેતુથી આપણા દેશમાં માઆપોનું મુખ્ય ધક્ક્યાન પોતાના સંતાનનાં માત્ર મનનેજ કેળવવા તરફ વળેલું. દૃષ્ટિગોચર થાયછે. તનને આધારે મનની અસ્તિ છે. તન ન હોય તો મનનું હોવાપણું બીલકુલ નથી, તન જે નબળું થાય તો મન પણ નબળું પડે એવી સામાન્ય વાત પણ તેમનાં હૃદયપર અસર કરતી જણાતી નથી એ ખિન્ન થવા સરખું છે. તન ખીટ્યા વગર મન ખીલતું નથી, તનની મલીનતા મનને મલીન કરેછે. શરીરબળને અભાવે એકલું મનબળ વધારવું એથી પરિણામે ઇષ્ટ ફળ મળતું નથી. જેમ મનને કસરત મળે તેમ તનને પણ જોઈતી કસરત મળવી જોઈએ. તનને જે કાંઈજ કસરત ન મળે તો તે લથડી ગયા વગર રહે નહીં; વળી અંગબળ વગરનો માણસ નીતિબળમાં ઉતરતો હોયછે, બીકણુ હોયછે, તેથી તે જનસમૂહને ઉપયોગી થઈ પડે તેવા સંભવ નથી, માટે માઆપોએ પોતાના સંતાનના જેમ મનને તેમજ તનને પણ યોગ્ય રીતે કેળવવામાં પછાત પડવું જોઈતું નથી.

### બાળસગ્ન.

અમુક કામ ન બન્યું તો તેથી શું થઈ ગયું ? “ ક્યાં એથી મારો ગગો કુંવારો રહી જવાનો છે ? એમ ઘણા દેશીઓ પ્રસંગોપાત જોલેછે. લોકોમાં મોટામાં મોટી ગાળ, લાંછન, નામોશી કે આબરની હીનતા પોતાનો ગગો કુંવારો રહેવામાં સમાઈ ગઈ હોય એમ અનેક પ્રસંગે તેમનાં મોઢામાંથી ઉપર પ્રમાણેના ઉદ્ગાર નીકળેછે તે પરથી સ્પષ્ટ જણાઈ આવેછે. પોતાનાં બાળકોની કેળવણી માટે માઆપોને નેટલી કાળજી ને ફિકર હોયછે તેના પ્રમાણમાં તેમને નાનપણથી પરણાવી, તેમને વહેલાં વહેલાં ગૃહસ્થાશ્રમમાં નાખી દેવાની કાળજી ને ફિકર અતિશય વધારે રહેતી હોય એમ પ્રત્યક્ષ જોવામાં આવેછે, તથા

તેને પરિણામે શારીરિક તથા માનસિક બળતા પામરૂપ શ્રદ્ધાચર્યનો બચપણમાંથી લગ્ન થાય છે. લગ્નનો વિચાર ઘણો ગંભીર છે, લગ્નનું નામ ઉમદા છે પણ તેને જાણે છોકરાના ખેલ સરખું નજીવું કરી નાંખ્યું છે. બોલતાં પણ પૂરું ન શોખ્યા હોય તેવા અથવા પાંચણમાં ઝુલતા હોય તેવા દીકરાઓને પણ ડાઈવાર પરણાવી દઈને તેમને વેપધારી માટીડાં બનાવી દેવાનું નાટક લગ્નની બતાવવામાં આવે છે.

લગ્નનો લ્હાવો સંસારમાં સર્વથી ઉંચામાં ઉંચો છે એમ માળાપ સમજે છે, પરંતુ તે પરણનાર દીકરા દીકરીને લગ્ન એ શું ચીજ છે તેનો ખરેખર નાનપણમાં ન હોવાથી તેઓ તેનો કશો લ્હાવ સમજતાં નથી, જેથી તેમને તેનો આનંદ ભોગવવાનો ઓછોજ હોય છે. તેઓ બાપડા દીંગણા દીંગલીની પેદ વગર સમજી પરણી જાય છે !

સંસારમાં માન, મોટાઈ ને મરતમો પોતાના બાળકો જોણીમાંથીજ અથવા નાની વયમાંથીજ ઝડપાઈ જાય તેમાંજ અંતરભૂત થઈ રહેલ હોય એમ માળાપ સમજે છે. નાનપણમાં મોટાં ઘરનાં ભાગાં આવે તોજ મનમો સફળ; તોજ નાનજાતમાં લાજ ને આખર, તોજ સંસારમાં ફતેહમારી, તોજ ખાનદાની, તોજ મોટાઈ અને તોજ ચડી-આનો દિવસ, અને તેને અભાવે ડૂળને ઘણું નીચું જોવાપણું એવી મિથ્યા ને પરિણામે મલા અનર્થકારક માન્યતા આ દેશમાં લાંબી મુદતથી અસંખ્ય મનુષ્યોનાં અંતરપટ ઉપર દુર્દૈવ્યથી જમાવટ કરી રહેલી છે, તે અલ્પવયસ્ક અથવા અલ્પકાળમાં ભાગીરથ પ્રયત્નને અભાવે નિર્મૂળ થવી એ અતી દુર્ઘટ જણાય છે. પોતાના દીકરાની સગાઈ ત્યાં સુધી થાય નહીં, ત્યાં સુધી માળાપના જીવને ઘણી ચટપટી રહ્યા કરે છે, અને સંતાનને પરણાવ્યા પહેલાં જો મરી જઈશું તો સંસારમાં મહાત્મા વગર-એ બાબતની મોજમજ ભોગવ્યા વગર હમેશને માટે રહી

જમણું, એવી સમજણથી બાળકનાં ઉતાવળે લગ્ન કરી દેવામાં આવે છે, અને પોતાના દ્વારા બાળ પોતાનાં દીકરા દીકરીના સુખનો માબાપ વિચાર કરતાં નથી, અને કેટલીકવાર તેમનો ભવ બાળવા સરખું કરે છે. કોઈ દંપતીને દીકરો કે દીકરી એમાંનું કાંઈ ન હોય તો બીજા કોઈના દીકરા કે દીકરીને પોતાને ઘેર રાખી પરણાવે છે, અને અભાગ્યે એવો પણ યોગ કદાપિ ન મળે તો પછી “તુળશી વિવાહ” ક્યાં નાસી ગયેલ છે ! કોઈપણ પ્રકારે પોતાના એવા ઇચ્છાલોભની તૃપ્તી કરવી અને પોતાને ઓરીઓ વીંતાડવો !

લગ્ન પ્રસંગે ગૌર કે પુરોહિત સા સાંભળે તેવીરીતે મોટેથી પોકારીને “સમય વર્ત્તે સાવધાન” એવું સાને પોતપોતાને લાગતી વળગતી હરકોઈ બાબતને અંગે વધાવી લેવાલાયક દુકું પણ મહા અર્થસૂચક પ્રમાણુવચન વદીને દેશ કાળાનુસાર પ્રવર્ત્તન કરવાને પ્રતિભોધે છે, પણ માબાપો જ્યાં લગ્નના લાડકોડના લોહમાં લેવાતાં હોય અને આ અસાર કડુંવાતા સંસારમાં પોતાનાં સંતાનોને જેમ અને તેમ વહેણાં વહેણાં પરણાવી-પસ્તાવી દેવામાં પોતાને ભાગ્યશાળી ને કૃતકૃત્ય માની બેઠાં હોય ત્યાં ગૌર દેવતાનું એ પ્રમાણુવચન તેમના કળુમાં પ્રવેશ કરતું હશે કે કેમ તે તો કોણ જાણે, પરંતુ તે હૃદયમાં ઉડું ઉતરી શકતું નથી, એમ તો નિઃશંક છે, કેમકે નહીં તો વર્ત્તમાન સમયના સ્વરૂપને ઓળખી તેને બંધબેસતા થવાનો પ્રયત્ન કર્યા વગર તેઓ કદી રહે નહીં, અને પોતાના બાળકોને જાણીજાણીને અકાળે ઉંડા ખાડામાં ઉતારે નહીં, તેમજ તેમનાં શરીરના બાંધાની પૂરતી ખીણવટ થવા ન દેતાં કાચા બાંધાને મૂળથી ખણી નાખવા જેવી યોજના કરવાને તેઓ કદી બહાર પડે નહીં.

હિન્દી માળાપ પોતાના બાળકોને ફળવણી આપવાનો તથા તેમને માટે જોઈએ તેવી રીતના જોઈતા ખોરાક પોશાકનો ખર્ચ કરવામાં ગરીબ છે પણ પરણાવવામાં પૈસાદાર છે ! પ્રભુ જાણે કે તે વખતે તેમની પાસે તેમાં વાપરી નાંખવાને પુષ્કળ પૈસો ક્યાંથી આવી જાયછે, અને તેઓ નવલસાદ ઘોડીની પેઠે તેમાં એટલા બધા ઉદાર, અરે ઉડાઉ શી રીતે થઈ જાયછે !

બાળસંયોગથી એટલે કન્યાનું અકાળે અભિગમન થયાથી વામનજી તેવા વર રાગનું—મૂછ વગરના માટીડાનું ઉજ્જળતું લોહી ધીમી ગતિ ધારણ કરેછે, અને તેઓ બિચારા નાની વયમાં નીચોવાઈ જાયછે તથા તેમનાં શરીરની વધવાની ક્રિયાને ધક્કો પહોંચવાથી થવાં જોઈએ તેવાં લાંબાચોડા તેઓ થઈ શકતા નથી. અવયવો અપકવ રહેછે અને માનસિક તથા શારીરિક વ્યાપાર જોઈતી પ્રગતિમાં રહી શકતા નથી, એ પ્રમાણે શારીરિક અપકવ સ્થિતિમાં સંયોગ થયાથી તેઓમાંથી કેટલાકને ક્ષય આદિ જીવલેણ બાધિ લાગુ પડેછે અથવા તેમનું આરોગ્ય બીજી રીતે કથળેછે તે ઘણી વખત પાછું બરાબર ડોકાણું આવી શકતું નથી. વળી કેટલાકની પ્રકૃતિ એવી તો નાજુક થઈ જાયછે કે થોડીઘણી શારીરિક મહેનત કરવી પડે અને ટાઢ તડકા કે વરસાદ વેડવો પડે તો પ્રકૃતિને દરગાંજ જતાં વાર લાગતી નથી. “ જાણે દધા સોનીનો કાંટો ! ” આવી દયામણી હાલતમાં ધર્મ, અર્થ, કામ ને મોક્ષ એ પ્રમાણેનાં ભવિષ્યના ચારે પુરુષાર્થનું ભેગું સત્યાનાશ વળી જાયછે !

બાળસંયોગથી તેવાં બાળકોની એકલાનીજ પાયમાલી થતી નથી. એવી નબળી પ્રજાની સંતતિ એથી પણ નબળી થાયછે; તથા તેવી નિર્માત્ર્ય પ્રજાથી સ્વદેશનો ઉત્કર્ષ થવાને બદલે અપકર્ષ થયા વગર રહેતો નથી એમ કહેવાની જરૂર નથી; વળી એવા અકાળે થતા સંયોગથી જેમ વ્રહ્મપણુ વહેણું આવેછે અને તેને પરિણામે મોટું ગામતરું કરવાનો વખત પણ વહેણે આવી પહોંચે.

જેમ છોકરા તેમજ છોકરીઓની પણ બાળસંયોગથી શારીરિક તથા માનસિક બૂરી દશા ધણા પ્રકારે થયા વિના રહેતી નથી. નાની વયની કન્યાઓના શરીરનો વિકાસ જોઈએ તેવો થયેલો હોતો નથી. કોઈને ઋતુપ્રાપ્તિ પણ થયેલી હોતી નથી, એવી સ્થિતિમાં તેમને પત્ની બાવલારમાં નાખવી એ તેમને મારીને મુસલમાન કરવા સરખું થાય છે ! સ્ત્રીનું, પત્નીનું સ્થાન અકાળે આપવામાં આવ્યાથી તેમને અર્થાત્ એવી છોકરીઓને કેટલાક જાતની ખીમારી લાગુ પડે છે, અને તેમની અશક્તિની ફરિયાદ ગમે તેટલા ઉપાય કર્યા છતાં પણ બાળસતી નથી. કેટલીકને હીસ્ટીરીઆનું દરદ અથવા માથાનું કે શરીરના કોઈ સાંધાઓનું દુખવું વગેરે જૂદી જૂદી તરેહની ખીમારીથી હેરાનગતિ ભોગવવી પડે છે. કેટલીક સ્ત્રીઓ શરીરે દીગણી રહે છે, અને તેમના શારીરિક નૂર ને તેજનું તો પૂછવું જ શું કરવાં ! એવી કન્યા જે તેમના શરીરનો બરાબર વિકાસ થયા પહેલાં પ્રસુતા થાય છે તો પછી તેમના શરીરમાં નબળાઈ ચાલુ રહ્યા કરે છે, અને તેમાંની કેટલીકને એકાદ જે બચ્ચાં અવનર્યા પછી ગર્ભધારણ કરવાનું બીજકુલ બંધ થઈ જાય છે, અને તખીયત પ્રતિકુળ રહ્યા કરવાથી પરિણામે એમાંની કેટલીક બિચારી નાની વયમાં મરણાધિન થાય છે.

બાળસંયોગ વળી છોકરા અને છોકરીઓનાં કેળવણીમાં અનેક તરેહથી આડખીત્રીરૂપ-વિઘ્નરૂપ થઈ પડે છે, એવી સ્થિતિમાં તેવાં બાળકો પૂરતો વિદ્યાભ્યાસ કરી શક્તાં નથી, અને નિશાળને નાની વયમાં નમસ્કાર કરવા પડે છે ! પોતાનાં સંતાનને નાની ઉંમરમાં પરણાવી દઈ તેમને સંસાર વ્યાવહારમાં નાખી દીધાથી માયાપ પોતાને ભાગ્યશાળી સમજે છે પણ તેથી કેળવણી વગેરે બાબતમાં એવાં બાળકો કેટલાં ભાગ્યહીન રહે છે તેનું તેમને ભાન રહેતું નથી.

હરકોઈ માયાપનું પહેલું લક્ષ પોતાના સંતાનને ભણાવી, ગણાવીને તેઓ તેમની અનેક જાતની ફરજ અને જવાબદારી બરાબર સમજતાં

માય તેપર રહેવું જોઈએ, અને તેથી જ્યાંસુધી બાળક કે બાળકી હાલુતાં હોય અને તેઓ પરણવાને લાયક ન થયાં હોય, ત્યાંસુધી લાજ બાબતે ને લક્ષ્મી વગેરેના કોઈપણ પ્રકારના માતી લીધેલા લાભની ખાતર તેમનાં લગ્ન કરી તેમની વૃત્તિને એવા સંસારબાવહાર તરફ ખેંચવા સરખું કરવું એ અવશ્યનું નથી. પોતાની દીકરીના લગ્ન પ્રસંગમાં કન્યાકાળ વહી જવાની માબાપ જેટલી ફિકરચિંતા રાખેછે તેટલી તે પુત્રીનો, તેમજ પોતાના ખારા પુત્રનો કેળવણી કાળ નહીં વહી જવાના સંબંધમાં રાખતાં નથી એ ખરેખર ખેદ પામવા સરખું છે.

ઈંગ્લાંડ આદિ સુધરેલા દેશમાં પંદર સોળ વરસની છોકરીઓ રજોદર્શન ને લગ્ન સરખી સંસારી વાતો બરાબર સમજતી હોતી નથી, ત્યારે તેટલી ઉંમરમાં તો આ દેશમાં કેટલીક છોકરીઓ એકાદ બચ્ચાંની મા પણ થઈ પડી હોયછે! એવી માતાઓજ જ્યાં બાળક જેવી હોય તે પોતીકાં બચ્ચાંને યોગ્ય માવજત ને સંભાળથી શી રીતે ઉછેરી શકે? એવી માત્ર કહેવાની કેટલીક માતાનાં બાળકને ઉછેરવાનો બોજો તેની સાસુને કે તેની માને નહૂંટકે ઉઠાવવો પડેછે!

ધણી માતાઓ વગેરે નાનકડા કીકાને પ્રસંગે પ્રસંગે પૂછેછે કે—અત્યા, તારે માટે તારા જેવડી નાનકડી ને રૂપાળી વહુ લાવીશું કે? એ મુજબ નાની કીકીને પણ કોઈ કોઈ વાર પૂછેછે કે તારી સગાઈ કરીશું કે? તારા જેવડાજ વર લાવીશું કે? તું તારા વરને રોટલા ઘડી આપીશ કે? આ પ્રમાણે જ્યારેત્યારે સગાઈ કરવાનું અને પરણાવવાનું કહ્યા કરવાથી એવાં દીકરા, દીકરી પણ વગર સમજાયે કોઈવાર પોતાની માતા વગેરેને સલાહ કરેછે કે મારે માટે વહુ કે વર ક્યારે લાવશો? અને હવે ક્યારે પરણાવશો? વગેરે.

આ દેશમાં કોઈકોઈ છોકરાંઓ નાનપણમાં વરવહુની રમતો રમેછે. છોકરો વર થાયછે અને છોકરી વહુ થાયછે, તે વરની લાજ કરેછે

અને બીજી ઘણી રીતે ગમત મેળવેછે ! અને નાનપણમાં બીલકુલ ન જાણતી જ્યેષ્ઠાએ તેવી ઘણી વાતોથી વાકેફ થાયછે. શરમ ! શરમ !

પોતાના છોકરા વહેલાં પરણે અને છોકરાંમાંથી પાછાં બચ્ચાં કચ્ચાં વહેલાં થાય તેવી તેમનાં માબાપને ભારે હેંશ હોયછે ! માનવજન્મનું સાક્ષ્ય ને સાર્થક ગમે તેવી પણ પ્રજા ઉત્પન્ન કરવામાં સમજેછે. વંશનો વેલો— વસ્તીવાડી જેમ વધારે વધે તેમ વધારે નસીબદારી તેઓ સમજતાં હોવાથી દીકરાની નાનકડી વહુ ક્યારે નહાતીધોતી થાય, ક્યારે ગભરિતિ થાય, ક્યારે બચ્ચું જણે તેની ઘણીજ આતુરતાથી તેઓ રાહ જુએછે ! “ઉતાવળે આંખા પાકે નહીં” એવી આપણી કહેવત આ વિષયમાં કેટલીક વાર ખોટી પડી જાયછે, અને એવી કેટલીક વહુઓને નાની વયમાં સંતાન સાંપડેછે. એવાં બચ્ચાં કોઇ વાર અધુરીયાં અવતરેછે, અને કોઇ પૂરે માસે અવતરે તે પણ ઘણુંકરીને નિર્બળ ને રોગી હોયછે. એવાં નુરીઆં જમાલીયાંની રેલમછેલ થાય ત્યારે ઝાઝી વાડ ઝાંખરાંની પણ સારી એમ સમજી સંતોષાનંદ માની લેવામાં આવેછે !

નાનપણમાં કેટલીક વાર અધુરે ગર્ભ નષ્ટ થઇ જાયછે, તો કોઇવાર જન્મીને તુરત કે થોડા માસમાં તેવાં બચ્ચાં અકાળે કાળનો કાળીઓ થઇ જાયછે, અને કેટલાંક જીવતાં રહેછે તેઓ ઘણુંકરીને જીવન વગરનાં નીવડેછે, તથા તેઓ પોતાને પણ બોળામણ થઇ પડેછે તો જનસમાજને તે ઉપયોગી થઇ પડે એવી આશા તો રાખવીજ શા માટે ?

કેટલાક વિદ્વાનો નાની ઉંમરમાં મૃત્યુવશ થાયછે તે પણ કોઇ વાર બાળસંયોગને આભારી હોયછે. એવા અકાળે કરેલ સંયોગથી પોતે શક્તિહીન અને વીર્યહીન થયા હોય તેમાં વળી વિદ્યાભ્યાસનો વધારે પડતો બોજો આવી પડ્યા વગેરેનાં કારણથી તેઓ બાપડા ક્ષય વગેરે રોગના ભોગ થઇ રસ્તે પડેછે. કુદરતના નિયમોનું ઉલ્લંઘન થતાં આ મુલકમાં ઘણાં માણસોની અનેક જાતની શારીરિક શક્તિઓનું નિકંદન નીકળી ગયેલું હોવાથી



એવી ગુમ થયેલી શક્તિઓ પુનઃ પ્રાપ્ત કરવા અને તે વધારવા માટેની દવાઓની અસંખ્ય જાહેરખબરો વર્તમાન પત્રો વગેરેમાં ઉભરાઈ જતી જેવામાં આવેછે, એ ઉપરથી પણ હાલની પ્રજા શારીરિક સ્થિતિમાં કેટલીબધી હાલહવાલ ને હેરાન થઈ પડેલીછે તથા નબળાઈ અને કમતાકાતે તેમનાં શરીરમાં ધર ક્યુંછે તે સહજ જણાઈ આવેછે.

બાળસંયોગના બૂરા રીવાજનો બીલકુલ બહિષ્કાર થવો જોઈએ. આ દેશમાં વિધવાઓની સંખ્યાઓનું મોટું પ્રમાણ છે તે પણ ઘણું ભાગે બાળલગ્નને આભારી છે, તેથી ત્યાંસુધી હિન્દુ સંસારમંડળ તેવા દુષ્ટ રીવાજનો પરિત્યાગ નહીં કરે ત્યાંસુધી તેમની સાંસારિક સ્થિતિમાં જાણુવા જેવો સુધારો થવાની આશા રાખવી એ નિરર્થક છે.

બાળલગ્નની બાબતમાં રાજ્યસત્તાની દરમિયાનગીરી થાય તે કરતાં આપણા દેશીઓએ પોતાથીજ તે હાનિકારક રીવાજમાં સમયને અનુસરતો સત્વર અને ઘટતો ફેરફાર કરવો એ ઘણું ડાહપણભરેલું છે, તેથી આ દેશના ધર્મગુરુઓ, વિદ્વાનો તેમજ નાતજાતના અગ્રેસરોએ તેવા ચાલનો અટકાવ કરવા માટે પોતપોતાથી બનતો પ્રયત્ન પૂર્ણ ઉત્સાહ અને આગ્રહ રાખી કરવો જોઈએ.

## સુંદર અક્ષર.

સ્ત્રીનું સ્વરૂપ એ જેમ તેનું ભૂપણ ગણાયછે, તેમ સુંદર ને મરોડદાર અક્ષર લખવા એ લેખકનો એક શણગાર છે—શોભા છે; વળી વાસ્તવિક જોઈએ તો તે એક જાતનો હુન્નર પણ છે. ઘણાજ સારા અક્ષરોને સાચા મોતીના દાણાની ઉપમા આપવામાં આવેછે તે મથાર્થ છે. સારા અક્ષર લખવા એને જાપાનીસો એક પ્રકારની ચિત્રકળા કહેછે.

સામાન્ય રીતે જેતાં હાલમાં આ દેશમાં અસંખ્ય વિદ્યાર્થીઓને બહુ ઝડપથી લખવાની આદત પડી ગયેલી જણાયછે. તેઓમાંના ઘણાં

ખરા બર કે કાંઠાની કલમે ન લખતાં ધાતુની બનાવેલી ત્રીણી ટાંકણી તેમજ અક્ષરો સારા કરવાની હેંસ વગર લખેછે અને તે માટે તેમને વખતોવખત કાંઈ ટોકતું નથી, તેથી તેઓ સારા અક્ષરો લખવાની કાળજી રાખતાં નથી. બાળકને જે નાનપણથી કલમનો મરોડ ખરાબર ન બેસે તો પછી મોટી ઉંમરે તેમના અક્ષરો સુધરશે એવી આશા રાખવી એ ફાકટ છે.

બુઠી કલમથી, ટુંકી કલમથી કે ધસાઈ ગયેલી ટાંકથી લખવું નહીં જેઠંએ. સારી રીતે ઘડેલી કલમથી લખવું જેઠંએ તથા તે કલમને ખરાબર પકડવી જેઠંએ. પોતે વાપરતા હોય તે કલમ બીજાને વાપરવા દેવી ન જેઠંએ. લખવામાં સારા કાળજી ને સારી શાહી વાપરવી જેઠંએ અને બનતાસુધી બહુજ ઉતાવળથી અને છેલાઈથી લખવું નહીં જેઠંએ. લખાણમાં ડાઘાડુથી પાડવી ન જેઠંએ. સુઘડતા રાખવી જેઠંએ.

પોતાના બાળકોને પરીક્ષામાં પાસ કરાવવાની માબાપ જેટલી ફિકરચિંતા ને કાળજી રાખેછે, તેનાથી દશમે ભાગે પણ તેમના હસ્તાક્ષર સુંદર થવા માટે ભાગ્યેજ રાખતા હશે, એથી દિનપરદિન એવા બાળકોના અક્ષરો બગડતા જતા જેવામાં આવેછે. નિશાળના મહેતાજીઓ પણ આ સંબંધમાં સાધારણ રીતે જેતાં જેઠંએ તેટલું ધક્કા ને પૂરતી સંભાળ રાખતા હોય એ વિષે ધણો શક છે. વિદ્યાર્થીઓ અક્ષર ફીક લખેછે કે અફીક તે બાબત તેમનું બાન ખેંચાતું હોય તો તે માત્ર તેમની કૌપીયૂક જેતી વખતે, બાકી છોકરાઓના બીજા લખાણ વખતે તો તેમને ખરાબ અક્ષર માટે વખતોવખત ટોકવા કે ચેતવણી આપવા સંબંધે તો હરિનું નામ ! આ પ્રમાણે કહેવાનું તાત્પર્ય એટલુંજ છે કે પોતાના બાળકના સારા અક્ષરો માટે મહેતાજીઓપર બહુ આધાર ન રાખતાં માબાપે પોતેજ પોતાથી

બનતી તજવીજ કરવી જોઈએ. કલમ બરાબર ઠેરવીને લખવાનો રીવાજ રખાનાથી અક્ષરોનો વળાંક (મરોડ) સારો થશે, અને પછી મહાવરાથી અક્ષરો બહુ સુધર્યા વગર રહેશે નહીં.

લેખન શીખ્યા હોય તેવા દરેક જણને લખવાની થોડીધણી પણ જરૂર આપી જાવું સુધી પડે છે. દરેક ધંધામાં અને રાજગારમાં લખવાનો ખપ થોડોધણો પણ પડ્યા વગર કદી રહેતો નથી.

કારકૂન, મહેતા અને ગુમાસ્તા વગેરેનું ગાડું તો તેના આશ્રય વગર સંતોષકારક રીતે કદીપણ ચાલી શકે નહીં. ચોપડા વગેરે લખવામાં સફાઈદાર ને સારા હરફની અગત્ય ઓછી નથી ગણાતી, તેથી એવા કામ માટે નોકર રાખતી વખત સારા અક્ષરવાળાનો પહેલો ભાવ પૂછાય છે. ખરાબ અક્ષર લખનારને શેઠ શાહુકારોની દુકાને નામું લખવાની, અગર ઑરીસોમાં લખાણ કરવાની નોકરી મળવામાં બહુ વાંધો આવે છે અથવા ફેટલીકવાર ત્યાં નોકરી નથી પણ મળતી. અમુક માણસ જો થોડું બણેલો હોય પણ તે જો સુંદર, સફાઈદાર ને મરોડવાળા અક્ષર લખનારો હોય તો તેને ધણીવાર સહેલાઈથી નોકરી મળી જતી જોવામાં આવે છે; અર્થાત્ સારા અક્ષરો લખતાં આવડતા હોય તે પણ કમાઈ ખાવાનું એક સાધન થઈ પડે છે.

આજકાલ ધણું માણસોના અક્ષરો સુંદર જોવામાં આવતા નથી. ‘યુનિવર્સિટી’ની ઉંચી ડીગ્રીઓ મેળવેલી હોય તેમાંના ફેટલાએકના અક્ષરો કંટાળો ઉપજાવે તેવા જોવામાં આવે છે. એવા અક્ષરો સડસડાટ ને સહેલાઈથી વાંચી જવાય તેમ બનતું નથી; ફેટલાકના દસ્કત તો પાણી છાંંડીએ તોપણ ઝટ ઉકેલે નહીં એવા હોય છે ! કોઈ કામની જગ્યાએ ધણી ઉતાવળ હોય તેવે પ્રસંગે એવા અક્ષરો વાંચવાની ફરજ પડે ત્યારે કંટાળો ઉપજે છે. ફેટલાક અમલદારો વગેરે બહુ ખરાબ અક્ષરે તથા અસિષ્ટ રીતે પોતાની સહીઓ કરે છે કે જેની ઉપર ગમે તેટલું પાણી

છાંટીએ અથવા વિજળીના સરખી રોશનીમાં રાખીને તે વાંચીએ તો પણ તેમનાં નામ ધણી વખત બરાબર ઉઠત્યાં નથી ! એવા માણસો પોતાનાં નામ સ્પષ્ટ રીતે વંચાય તેવી રીતે ખુલ્લાં લખવાને શરમાતા હશે કે બીજાં કાંઈ ગુપ્ત કારણો હશે અગર મનનો એવો ફાંટો હશે તે સમજાતું નથી, પરંતુ તેવી ગડબડ ગોટાવાળી સહી ઉઠેલવામાં ઉપજતા કંટાળાને એક કારે રાખીએ તોપણ એટલું તો અત્ર પૂછવું પડશે કે એવી ગડબડગોટાવાળી સહીઓ વાંચવા, વંચાવવાનો યત્ન કરવામાં એકંદર સરવાળે અગણિત વ્યક્તિઓને પોતાના કિંમતી વખતનો નાહક ભોગ આપવો પડે છે તેનો તેવી સહીઓ કરનારને ખ્યાલ આવતો હશે ? જવાબ નવાણું ટકા નકારમાં આવે છે. પોતાના બાળક સુંદર ને સફાઈદાર અક્ષરે લખાણ કરે તેમજ પોતાની સહી પણ બીજાઓ સ્પષ્ટ ઉઠેલી શકે તેવી રીતે કરે તેવી સૂચના માળાપે તેમને આપવી જોઈએ.

બરની અથવા કાંઠાની કલમે લખવાનો ચાલ એકંદર રીતે જોતાં હવે બહુ ભાગે બંધ થઈ ગયેલો જોવામાં આવે છે, અને દિવસે દિવસે સ્ટીલપેન અને ફાઉન્ટેન પેનનો પુષ્કળ ઉપયોગ થતો ચાલ્યો છે તથા તેના પરિણામે સારા અક્ષરો લખનારા આજે જૂજ મળે છે. ઘણા માણસોને હવે કલમ ધડતાં પણ આવડતું નથી ! દેશી વેપારીઓના ચોપડાઓમાં પણ લોઢાની ટાંકે પેશકદમી કરવા માંડી છે ! પ્રાચીન પશ્ચતિનો ત્યાગ કરવાથી સારા ને દિવા જેવા અક્ષરોનાં દર્શન તો હવે દુર્લભજ થઈ પડ્યાં છે !

વસ્તુસ્થિતિ આવી થઈ પડ્યાથી બાળકોને પ્રથમ ખડી કે ચાકથી સ્લેટપર અક્ષરો લખાવવાની તથા ત્યારપછી દુપીસ્તા ધુંટાવવાની જૂની પણ ધણી ઉપયોગી રીઠી પાછી તુરતમાં ચાલુ કરવાની ધણીજ આવશ્યકતા છે. ઘણાજ સારા અક્ષર લખવાવાળાના હાથથી સારા ને સફાઈદાર કાગળોપર બાલ શાહીથી અક્ષરો લખાવી તેપર કાળી શાહીથી અક્ષરો ને આંકડા ધુંટાવવા

અથવા લોકડાની પાટીમાં કોતરેલા અક્ષરો અગર કલાઈના પત્રાપર મોરચુથી બહુ મરોડદાર લખેલા અક્ષરો ચાકથી નાનાં બાળકો બરાબર ઘુટે તેમ કરવું જોઈએ, અને એમ કરાવ્યાથી તથા તેપર જોઈતી દેખરેખ રાખ્યાથી તેમનો હાથ જલદી વળશે.

નાનાં છોકરાંઓ ઘણીવાર ડાબે હાથે લખતાં જોવામાં આવે છે ત્યારે આપણા દેશીઓ તેમને એ પ્રમાણે કરતાં અટકાવે છે, કેમકે ડાબે હાથે લખવા દેવાની તેમને બહુ છીટ હોય છે. જાપાનમાં બાળકોને બન્ને હાથથી લખતાં શીખવવામાં આવે છે અને હોલાડની નિશાળોમાં અઠવાડિયામાં એક વખત વિદ્યાર્થીઓને ડાબે હાથે લખતાં શીખવે છે, તે એટલા માટે કે કોઈ વખત અકસ્માતથી કે ઇજાથી જમણા હાથથી લખાય નહીં તો તેવે પ્રસંગે તેમનો ડાબો હાથ લખવાના કામમાં તાત્કાલિક ઉપયોગમાં આવી શકે.

## ચિત્રો.

ગ્રાણીઓ અને બીજી અસંખ્ય ચીજોને અમુક દરજ્જે તાદ્દશ્ય કરવાની શક્તિ ચિત્રોમાં છે. બાળકોના જ્ઞાનમાં વૃદ્ધિ થવા માટે ઘરમાં મહાન સ્ત્રી પુરુષો, ધાર્મિક મનુષ્યો, યાત્રાના સ્થળો, અને કુદરતના દેખાવ વગેરેના લાપક ચિત્રોનો સંગ્રહ માખાપે તેમની રસજતા કેળવવા માટે રાખવો જોઈએ.

પોતાનાં વિધવિધ પ્રકારના સદૃશ્યો ને સુકૃત્યોથી પ્રખ્યાતી પામેલાં અને દુનિયાને દ્રષ્ટાંતરૂપ થઈ પડેલા ઉત્તમ ચારિત્રવાન મહાત્માઓની તસ્વીરો ઘરની દીવાલોપર ટાંગી રાખવી જોઈએ. એવાં ચિત્રો એ મુંગા મિત્રો છે, તે પોતાનાં સરખાં પરાક્રમી થવાને પ્રેક્ષકોને પ્રેરે છે અને આકર્ષે છે. વળી એવાં ચિત્રોથી સુનીતિનો તથા સ્વપરાક્રમનો આપોઆપ ઉપદેશ થાય છે.

અક્યક્ષિત રંગવાળાં ચિત્રો હોય તે બાળકોને સ્વાભાવિક રીતેજ બહુ ગમેછે. એવાં ચિત્રદર્શનથી બાળકો બહુ રાજ થાયછે ને તેમનાં મનની ખીલવટ થાયછે. ચિત્ર સાથે અકેક અક્ષર અને આંકડાની યોજના કરી હોય તો તે સહેલાઈથી શીખા જાયછે. ચિત્રોવાળા ગણપાના પત્તાથી એકથી દશ સુધીની સંખ્યા ગણવાનું શીખવી શકાયછે. જે માણસને બાળકો બોળખતાં હોય તેની છબી જોઈને અને પોતાના પરિચયમાં આવેલા પશુ પક્ષી વગેરેનાં ચિત્રો જોઈને તેમને વિશેષ આનંદ પ્રાપ્ત થાયછે.

જે પ્રાણીનો જેવો કુદરતી રંગ હોય તેવો રંગ પૂરીને બનાવેલાં ચિત્રો બાળકને વિશેષ મનગમતાં થઈ પડેછે, અને તેમના પર બહુ પ્રીતિ ઉપજાવના પરિણામે તેઓમાંના કાંઈ બાળકો તેવાં ચિત્રો કાઢતાં શીખવાને પોતાની ખુશીથી પ્રયત્ન કરતાં જણાયછે.

## કિતાબખાનું.

દરેક માળાપે બાળકોના ખાનગી વાંચન માટે તેમને મનોરંજક અને ઉપયોગી થઈ પડે તેવી નીતિઓધક વારતા, ઇતિહાસની વાતો, બાળગિત, જનાવરોની સચિત્ર વાતો, સચિત્ર પ્રવાસવર્ણન, હાસ્પરસ પ્રાધાન્ય વાતોનાં પુસ્તક, જૂદીજૂદી શારીરિક કસરતની ચિત્રોવાળી ચોપડીઓ ને ઉત્તમ માણસોનાં દુકામાં જન્મચરિત્ર હોય તેવી ચોપડીઓ પોતાના ઘરમાં રાખવી જોઈએ, તેમજ તે ચોપડીઓ સારી છપાઈની, સારા કાગળ ઉપર મોટા ટાઇપે છપાએલી હોવી જોઈએ. જૂદીને દિવસે ને અવકાશને વખતે તેમાંથી પોતાને મનગમતી ચોપડી બાળક વાંચે તેવી તેમને ટેવ પાડવી જોઈએ. એવા વાંચનથી જેમ મન સુધરેછે, તેમ વિચાર સુધરેછે તેમજ બધી જાતનું જ્ઞાન ને શીખામણ મળેછે. પુસ્તકો એ

મનની દવા છે. શરીરને પોષવા માટે જેમ અન્નોદકની અગત્ય છે તેમ મનના પોષણ માટે સારા વાંચનની જરૂર છે. સારા પુસ્તકના વાંચનથી મગજનો વિકાસ સારી રીતે થાય છે તથા જ્ઞાન દિવસેદિવસે વૃદ્ધિ પામતું જાય છે.

આમેહુજ ચિત્રોવાળી ચોપડીઓથી તે બાબતનો વિષય વધારે સારી રીતે સ્પષ્ટ થાય છે—સમજી શકાય છે; માટે તેવી ચોપડીઓ તેમજ ગમતની સાથે જ્ઞાન આપે તેવી ચોપડીઓ કિતાબખાના માટે પસંદ કરવી જોઈએ. બાળકોને માટે નકામી થઈ પડે તેવી ચોપડીઓ તેમાં રાખવી નહીં જોઈએ, કારણકે તે વાંચવામાં તેઓ જે વખત ગાળશે તે વ્યર્થ જશે. વળી અનીતિને ઉત્તેજન મળે તેવી કોઈ પણ ચોપડી તેમાં હોવી નહીં જોઈએ, કેમકે પુસ્તક પણ એક જાતના સોબતી હોવાથી તે ખરાબ દોસ્તની પેઠે બાળકને ખરાબ કરે છે; જેથી એવાં નહારાં પુસ્તકો બહાર પણ બાળકોના વાંચવામાં ન આવે તે માટે માખાપે બનતી સાવચેતી રાખવી જોઈએ.

પાંચ દશ ચોપડીઓ ઉપરઉપરથી જોઈ જવા કરતાં એક ચોપડી પૂરેપૂરી તથા બરાબર સમજીને વાંચે તો તે બહુ ફાયદાકારક થઈ પડે છે. ઝાઝું વાંચવું પણ તે બરાબર સમજ્યા વગર તથા જોઈતા ધ્યાન વગર વાંચવું તે કામનું નથી. જેવી રીતે બહુ ઉતાવળથી ખાધેલો ખોરાક સારી રીતે પચતો નથી, તેવી રીતે બહુ ઉતાવળથી વાંચેલું ઝાઝો વખત સુધી યાદ રહેતું નથી તેમજ તેનું કાંઈ સારું ફળ મળતું નથી.

અગાઉના વખતમાં માણસો બહુ થોડાં પુસ્તકો વાંચતાં પણ તે બરાબર સમજીને વાંચતાં. વાંચ્યા પછી તે વિષે મનન કરતાં તથા બીજાઓ સાથે તે વિષે ચર્ચા કરતાં તેથી તેમાંની બાબત તેમને વર્ષોનાં વર્ષો સુધી સારી રીતે યાદ રહેતી અને તેના પરિણામે તે તેમને બહુ ઉપયોગી થઈ પડતી હતી.

હાલના વખતમાં કેટલાએક માણસો સેંકડો પુસ્તકો થોડા વખતમાં વાંચી નાખેછે! વાંચવામાં જાણે પુસ્તકોની સંખ્યાની હરીફાઈ ચાલેછે, પણ તે બરાબર પાત્રન થાય તેવી રીતે ખ્યાનપૂર્વક નહીં વાંચ્યાથી તેમાંથી તેમને બહુજ થોડું માદ રહેછે. વાંચવાવાળાની સંખ્યા તો દિવસે દિવસે વધતી જાયછે, પણ તેમાંથી બરાબર વિચારવાવાળા ધણા જૂજ જોવામાં આવેછે એટલે તેને પરિણામે અગાઉના સરખા ઉત્તમ કવિઓ તેમજ ભાષણકર્તાઓ હાલમાં પ્રમાણમાં બહુ ઓછા પેદા થાયછે. પચાવવાની શક્તિ ઉપરાંત જે તે અને જ્યારે ત્યારે વાંચ્યા કરવાથી ભેળું બરાબ થઈ જાયછે. દરેક ચીજ તેની હદમાં સારી છે.

## વારતાઓ અને વાતચીત.

નાની નાની, સ્વાભાવિક ને સુબોધક વાતોના વાતાવરણમાં બાળકોને ઉછેરવાં એ પણ તેમની કેળવણીનું એક આવશ્યક અંગ ગણાયછે.

બાળકો જેમ ગાયનનાં શોખીન હોયછે, તેમજ વારતાઓ સાંભળવાને પણ તેઓ ધણા રસીયા હોયછે. પોતાનાં માબાપ વગેરે મોટી ઉંમરનાં મુરખીઓ પાસેથી જેમ તેમને વાતો સાંભળવાનું ધણુંજ ગમેછે, તેમ પોતાના સરખી વયના સોબતીઓને વાતો સાંભળાવવાને પણ તેઓ ધણું ઉત્સુક હોયછે. નવીનવી અનેક પ્રકારની વાતો સાંભળીને તેમનું ભાષાજ્ઞાન વધેછે, વળી વસ્તુસંકલના આવડેછે, તેથી કાંઈ કાંઈ વાર તેઓ એકાદ નવી વારતા જોડી કાઢેછે.

બાળકોને વાતો સાંભળવાનો ઉત્સાહ ને આગ્રહ અતિશય હોયછે. દરરોજ એકથી વધારે વાતો તેમને સાંભળાવવામાં આવે તોપણ તેથી



તેમને પૂર્ણ સતિય પ્રાપ્ત થતો નથી, અને કહ્યા કરેછે કે પછી ! બાળકોના એવા “ પછી ” નો કદી પાર આવતો નથી ! જેમ વધારે વાત તેને કહેવામાં આવે તેમ તે વધારે રાજી થાયછે. સાધારણમાં સાધારણ વાતો કહેવામાં આવે તોપણ તેથી તેઓ ઓછાં ખુશી થતાં નથી. હવે બીજી વાત આવડતી નથી એમ મા અથવા બાપ કદાપિ કહેછે તો પછી તે એકની એક વાત બીજી વાર કહેવરાવીને પણ મજા મેળવેછે ! તેમને પૂરેપૂરી આવડતી હોય તેવી વાત પણ કહેવરાવીને તેઓ ખુશી થાયછે, તથા તેમાં કાંઈવાર કાંઈ કહેવાતું તે વારતા કહેનાર ભૂલી જાય તો પંતુજની પેઠે તે અપૂર્ણતાની માદ આપીને તેમની પાસે તે ચૂક સુધરાવે ત્યારે તેમને ઘણી ગમત પડેછે !

મનોરંજક વાતો અને વાતચીતદ્વારા પણ બાળકોનાં ચારિત્રની સુધારણા થઈ શકેછે, વળી બુદ્ધિ ને કલ્પના શક્તિ તેથી કેળવી શકાયછે, તથા તેમનાં હૃદયપર સુનીતિ ને સદ્ગુણની છાપ પાડી શકાયછે. એ પ્રમાણે હોવાથી મા અથવા બાપે બાળકોને ગમત સાથે જ્ઞાન મળે તેવી વાતો વખતોવખત કહી સંભળાવવી જોઈએ. સામાન્ય રીતે શીખામણ આપ્યા કરતાં બંધેસતી વારતાદ્વારા શીખામણ આપ્યાથી તેની અસર વહેલી ને વળી ટકાઉ થાયછે.

બાળકોને જે વારતા, કહાણીઓ કહેવામાં આવે તે બાળસ્વભાવને અનુસરતી અને બનતાંસુધી બાળકોનેજ લાગુ થાય એવી તથા તે બાળે ખરેખરી બનેલી હોય તેવી હોવી જોઈએ; વળી એવી વાતો સરળ તથા તેમને રસ પડે તેવી રમૂજ, ટુંકીટુંકી ને બોધદાયક હોવી જોઈએ. બાળકો ઘણા આકીનવાળાં હોયછે, તેથી તેમને જે કહેવામાં આવે તે સર્વ તેઓ સાચું માનેછે માટે તેમને ભૂતપ્રેત કે ઝાકણની વાત કદી સંભળાવવી નહીં જોઈએ, પણ સદ્ગતિ, નીતિ ને બહાદુરીની વાતો કહેવી જોઈએ. વારતા વાંચીને કહેવા કરતાં મૂખથી કહી સંભળાવવામાં આવેછે તો તેની અસર વધારે થાયછે.

નાનપણમાં બાળકને જે પ્રકારની વાતો વારંવાર કહી સંભળાવવામાં આવેછે તેવી બાબત પ્રયે તેમને મોટપણમાં આહતો વધેછે, માટે ભવિષ્યમાં તેમનું મન જે ભતતની વિદ્યા, હુન્નરકળા, પરાક્રમ અથવા ધર્મ વગેરે હરકોઈ વિષય તરફ વાળવું હોય તે વિષયની અસરકારક વાતો બાળપણમાં તેમનાં મગજપર હાસવથી જોઈએ.

બાળકો સાથે જૂદીજૂદી બાબતો વિષે વાતચીત કરીને તથા સવાલો પૂછીને પણ તેમને ધણું શીખવી શકાયછે, તેમજ તેમાંથી ઘણો આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકાયછે. બચ્ચાંઓ સાથે બચ્ચાં સરખાં થઈ શાંત ચિત્તથી વાતચીત કરવી એ એક ઉમદા મોજ છે. બોળાં દિલ્લનાં બાળક સાથેની વાતચીતથી ગમે તેટલો ગંભીર માણસ પણ પોતાની ગંભીરતા છોડી દઈ કોઈ વાર ઘણો હસી પડેછે !

બાળકો માબાપથી સદા બીતાં ને ફડકડતાં રહે તેમ કદી થવું ન જોઈએ, પણ તેમને જોઈને માબાપને હર્ષ થાયછે એમ તેમને લાગવું જોઈએ.

બાળક બરાબર બોલતાં શીખ્યા પછી તેમને સાત વારનાં નામ, ત્રીંચીઓ અને માસનાં નામ શીખવવાં જોઈએ. શરીરનાં ભાગ અને ઇંદ્રિયોનાં નામની સાથે તેની પીછાન પાડવી જોઈએ; તેમજ ભાઈ, બેન, ભાભી, ફાઈ, કાકા, મામો વગેરે વગેરે સગાંઓ કોણ કહેવાય તે વિષે સમજાવવું જોઈએ. જૂદીજૂદી ભતતનાં પશુ, પંખી, વૃક્ષ તેમજ ઘરમાં વપરાતી વિવિધ પ્રકારની ચીજો નજરે બતાવીને તે સંબંધમાં તેમના મગજમાં ઉતરે તેટલી માહિતી તેમને પ્રસંગેપ્રસંગે આપવી જોઈએ; વળી ઉંચું નીચું, વજનમાં હલકું ભારે, ચોખડું કે ગોળ વગેરે આકાર, રાતો પીળો કાળો વગેરે રંગ એવી એવી બાબતની સમજણ આપવી જોઈએ. નાની નાની ચીજોના તોલની તેમજ ટોપલીમાં ફળ વગેરે હોય તેની સંખ્યાની અટકળ કરતાં શીખવવું જોઈએ. દિશાઓ ભણતું એટલે સૂર્ય સવારે ઉગે તે પૂર્વ દિશા અને તે સાંજે આથમે તે તરફ પશ્ચિમ દિશા તથા એ ઉપરથી

જેમ બીજી દિશાઓ શીખરી સકાય છે, તેમજ બપોરે બાર બજે તડકામાં ઉભા રહીએ તો જે બાજુ તરફ પડ્યોયો પડે તે ઉત્તર દિશા હોય છે અને તે ઉપરથી બીજી દિશાઓની સમજ પણ આપી શકાય છે. રહેવાનો ઓરડો ફેટલા ફૂટ લાંબો પહોળો છે, તથા ધરની અમુક ચીજો ફેટલી લાંબી છે તે વિષેનું ભરત ફૂટપટ્ટી વગેરેથી શીખવવું જોઈએ, પણ એવી પ્રવૃત્તિ કરવાની ધણે ફેકાણે બાપ તેમજ માને પુરસદ બીલકુલ મળતી નથી એમ તેમના તરફથી ફેટલીક વાર ફરિયાદ કરવામાં આવે છે. એ સંબંધમાં ઉંડા ઉતરીને જોઈએ તો તેમાં ઘણી વાર સત્ય કરતાં અસત્યનો ભાગ વધારે જણાય છે.

માઆપને જીવનના વિકાસ ભોગવવાનો વખત મળે, સોચનાંઓ સાથે ગપ્પાંસપ્પાં ને તડકા મારવાનો સમય મળે, પારકી પંચાતમાં પડવાનો, તેમાં પટેલાઈ કરવાનો વખત મળે, નાટકચેટક વગેરે તમાશા જોવા જવાની પુરસદ મળે પરંતુ પોતાનાં બાળકો સાથે વાતચીત કરવાનો, કે તેમની જોઈતી સાગસંભાળ લેવાનો વખત મળતો નથી ! શેઠને પોતાના ધંધાધાપાની ધમાલથી પાણી પીવાની પણ નવરાશ નહીં ! દમ ખાવાનો અવકાશ નહીં, એટલે ધરખટકાનો એવો બોલો બધો શેઠાણીને માથે નાખે, પણ છોકરાંને કેળવવાની વિધિ શેઠાણીની બન્ના પણ બાણ નહીં તેમ તે પોતાનાં ધરકામ વગેરેથી પરવારે પણ નહીં એટલે બાળકો બિચારાં નસીબના આધારપર લટકી રહે છે !

બાળકોને કેમ કેળવવાં તે સંબંધની આપને આવડત નથી, કે વખત નથી, કે ઉંમર નથી, કે રૂચિ નથી, કે પરવા નથી; એમાંનું શું નથી અને શું છે તેની અમને યથાર્થ સમજણ પડતી નથી ! પણ એટલું તો ચોક્કસ છે કે વખતના જે વિવેકથી વહેંચણી કરવામાં આવે તો વખત મળ્યા વગર રહે નહીં. જ્યાં ઇચ્છા છે ત્યાં અવકાશ છે.

મા ધારે તો રેડાં વગેરે પોતાનો ધરધંધો કરતાં, પિતા જમતાં, કપડાં પહેરતાં, અને એવું બીજું કામ કરતાં પણ પોતાનાં બાળક સાથે

લાતચીત ને પૂછપરછ કરી તેમની બાબતમાં ફેટલુંક જાણી શકે તથા તેમને કાંઈ કાંઈ શીખવી શકે પણ તે માટે અંતઃકરણથી કાળજી ને ફિકર હોય તોજ બની શકે. બાકી બહાનાનો દુનિયામાં કદી તોટા આવ્યો નથી અને કદી આવશે પણ નહીં.

## ઉખાણું અને સમસ્યા.

અવકાશને વખતે ઉખાણું અને સમસ્યા પૂછવાથી ખાળકો રાજ થાય છે, તથા તેથી તેમની તર્કશક્તિ ખીલતી હોવાથી તેના થોડા નમુના આ નીચે આપવામાં આવ્યા છે, (૧) એ હાથ ભોંપમાં બારસો ગામ એ શું ? નકશો. (૨) ભમે ભમે પણ ભમરો નહીં અને કેટે જનોઈ પણ બાહ્ય નહીં એ શું ? રેંટીઓ. (૩) લાકડાનો મરઘો, લોહાની ચાંચ, દિવસ બધો તગડે ત્યારે ઇંડાં આપે પાંચ ? રેંટીઓ. (૪) એક ગોખલામાં બત્રીશ બાવા ? હાંત. (૫) બત્રીશ બાવા ખાંડે ને લૂલી બાઈ સંકારે ? હાંત અને જીલ. (૬) એક નારી અને નર ઘણા, તે સઘળા સાથે પ્રીત, નારી પહેલા નર ગયા, એ કયા પ્રકારની રીત ? જીલ અને હાંત. (૭) પ્રાણુ નહીં પણ પળ પળ ગણે ? ઘડીઆળ. (૮) વાચાવિણુ બોલ્યા કરે, ચાલેછે વિણુ પગ, કાંટા પણ વાગે નહીં, જેને જાણે આખું જગ ? ઘડીઆળ. (૯) કાળી સોટી, તેલે છાંટી, વળે વળે પણ ભાંગે નહીં ? ચોટલો. (૧૦) આટલીક રાંડ, રાજની પાઘડી ઉતરાવે ? જૂ. (૧૧) નાની રજ જેટલી, ચટકા દેતી ચાલે, વાસો એનો નિમાળામાં, મસ્તક ખેડી મ્હાલે ? જૂ. (૧૨) ઘોળકાની ઘોતલી ને બેય કોર દસી ? કાંસડી. (૧૩) બાપે જન્મી બેટડી, અને બેટડીએ જન્મ્યો બાપ ? આમલી. (૧૪) મા દીકરીનું એકજ નામ અને વેચાય ગામેગામ ? આમલી. (૧૫) જરા સરખી ચીજ તેથી

આધું ગામ જમે ? દેવતા. (૧૬) મારો બકરો આલો ખાય, પાલો ખાય પણ પાણી પીએ તો ટપ મરી જાય ? દેવતા. (૧૭) ગામ બધું ભાગી ગયું અને ભાભોજ રહી ગયા ? ચુલો. (૧૮) ચાલે પણ ચરણ નહીં, ઉડે પણ નહીં પાંખ, માણસથી સહેવાય નહીં, સૌકા દેખે આંખ ? કુમાડો. (૧૯) ઠીંચણ જેટલી ગાય ને નીરે તેટલું ખાય ? ઘંટી. (૨૦) એક શીંગડાની ગાય, તેને નીરે તેટલું ખાય ? ઘંટી. (૨૧) અંધારી ઓરડીમાં ઉંટ ગાંજે ? ઘંટી. (૨૨) કાળા કુવામાં કળશીઓ પાણી ? હોડો. (૨૩) ઘોળા કુવામાં ઘોખો પાણી ? નાળીયેર. (૨૪) પેટ મધ્યે ગંગા ખીરાજે, જટા ખીરાજે શીશ, નેત્ર જેને ત્રણ છે પણ નહીં ઉભાપતિ ધ્રશ ? નાળીયેર. (૨૫) ભયો તળાવમાં પાંચશેરી તરે ? માખણ. (૨૬) એક ભાઇ ઉતરે અને એક ભાઇ ચડે ? રોટલો. (૨૭) દહાડી ઉઠીને ડાશી દરમાં હાથ ધાલે ? કમખો. (૨૮) રાજની રાણી, ખારીએ ખેસીને કાયલા ચાવે ? જાંબુ. (૨૯) દેવતામાં ધાલે, ખૂબ તેને આજે, કાળું ધાલે અને રાતું કાદે ? લોહું. (૩૦) સમજે નહીં પણ ધર સાચવે ? તાળું. (૩૧) નિત્યે પાવક પરજળે, ને મૃત સજ્જન થાય, કામની પૂછે કંથને, એ કોનું ધર કહેવાય ? છુહાર. (૩૨) કાકારે મેં કૌતક દીધું, સુકે લાકડે ખેડું હતું; ચાંચ છે પણ ચરે નહીં અને એ કૌતકકું મરે નહીં ? હાતરડું. (૩૩) પશુ નહીં પણ ચાર પગ, એક વાંસો બે શીશ, બાળક તેના પેટમાં, શી વસ્તુ તે કહીશ ? ઘોડીચું. (૩૪) આઠ કટકે નર નીપજે, બે નારી, નર ચાર, ને બે નાન્યતર, પડિત કરે વિચાર ? ખાટલો. (૩૫) ચાર નંગ ઉભાં ને ચાર નંગ ખેડાં, એક એકની અંદર બે નંગ પેડાં ? ખાટલો. (૩૬) અટલસની કાથળીમાં સીસકારાં બી ? મરચાં. (૩૭) નાની શી નારી ને સુડલોક છોકરાં ? ભોરીંગણી. (૩૮) વન વગડામાં રાતી ખારી, છોકરાં પરણે અને મા કુંવારી ? મીઠળ. (૩૯) કાળીઓ ખોદે અને ઘોળીઓ પૂરે ? સોય તથા દોરા. (૪૦) અમદાવાદી માણું અને બેય કોર સાણું ? બલોચું. (૪૧) છાપરે છાપરે મગ વેરાય ?

વરસાદ. (૪૨) રાતાં ફળ ને કાળી આંખ ? ચણાડી. (૪૩) સોંધીના  
 મોંઘા અને મોંઘીના સોંધા ? ૧. ગાય-બળત. ૨. લેસ-પાડો. (૪૪)  
 ધોળી ગાય, તેલે નહાય, રાત પડે ત્યારે હનુમાન થાય ? દીવેદ. (૪૫)  
 એક જનાવર ઇંતું કે પૂછે પાણી પીતું ? દીવેદ. (૪૬) પડી પડી  
 પણ લાંગી નહીં, ને કટકા થયા એ ચાર, વગર પાંખે ઉડી ગઇ, સજ્જન  
 કરે વિચાર ? રાત. (૪૮) છીછરી તળાવડી બાંધી પાળ, સોળ સોળ  
 રાણીઓ પાણી ભરે, નર ઝુએ ને નારી મરે ? ચોપાદ. (૪૮) જળ ભયુ  
 પણ સરોવર નહીં, નહીં બ્રહ્મા મુખ ચાર, વૃષભ વાહન પણ શિવ નહીં  
 અને નારી નામે નામ ? પખાલ. (૪૯) ધોળું ખેતર અને કાળું બી,  
 ઓરતો જાય અને બડબડતો જાય ? કાગળ લખવો તે. (૫૦) ત્રણ  
 તમ્બુનું લાકડું, ચડ્યું સુથારી હાથ, તેના કરે ૩૬૦ રેંડીઆ,  
 ૧૨ ઘાણી, તથા ૨૪ લાટ અને વધે તેટલું પાછું આપ ?  
 વરસના દિવસ, માસ અને પક્ષ. (૫૧) ઉંચમુંચ ગુંચળું,  
 સાપ પણ નહીં, લાકડીએ હાંકીએ, પરંતુ દોર પણ નહીં, આપે વિવિધ જાતનાં  
 ફળ, પરંતુ ઝાડ પણ નહીં, તથા ચકકર ચકકર ફરે પરંતુ ચકડોળ પણ નહીં ?  
 કુંભારનો ચાક. (૫૨) નારી છું હું સુંદરી, ત્રણ અક્ષરનું નામ, ચાક  
 નિવારણ કારણે, ખેસે સૌ મુજ હામ; ખડી રહું આઠે પહોર, નવ ચાકું  
 હું તોય, સુખ પમાડું સર્વને, આરામ હુથીજ હોય; કોઇ વાર મુખ્યાં હાથ,  
 કોઇ વાર રહું હું હુડી, કવિજન કહે સત્ય માનજો, એ વાત નથી જૂડી ?  
 ખુરશી. (૫૩) હાથીને પગે તાળાં દંધ આપો ? હાથી ધમધમ ચાલે,  
 પાતાળ પાણી કાઢે, પાતાળ પાણી કાળાં, હાથીને પગે તાળાં. (૫૪) લંકાનો  
 લોટ લાવી આપો ? રાતાં બગલાં રણે ચડ્યાં, પાણી દેખી પાછાં  
 ફર્યાં, એક બગલાનો લાંગ્યો હોહ ને લાગ્યા રે લંકાનો લોટ. (૫૫) હાથીને  
 પગે કુંડું લાવી આપો ? બાવાજનો ખેટડો, રમઝમ ચાલે, પાતાળ  
 પાણી ઉડું અને હાથીને પગે કુંડું.

## બાળકોને ક્યાં લેઈ જવાં અને ક્યાં ન લેઈ જવાં?

એવા બીજા કેટલાક પ્રશ્નોની પેઠે આ પ્રશ્નનો પણ મથાર્થ જવાબ અત્ર આપી શકાય તેમ નથી. માત્રાપ અથવા બીજા વડીલોની વિવેકબુદ્ધિ ઉપર તેનો આધાર રહેલો છે. અહીં તો જે કાંઈ બતાવવામાં આવેલ તે માત્ર માર્ગદર્શક છે. બાળકોનાં મન ઉપર જે છાપ પડે તે ઉચિત પ્રકારની હોવી જોઈએ એટલુંજ માત્ર તાત્પર્ય તરીકે કહી શકાય.

બાળકમાં અનુકરણશક્તિ બહુ પ્રબળ હોય છે, તે વિષે અગાઉ કહેવામાં આવ્યું છે, પરંતુ એ સંબંધમાં એટલું સ્મરણમાં રાખવાનું છે કે બાળકો સદૃશ્ય કરતાં દુર્ગુણની, સુદેવ કરતાં કુદેવની, સુવ્યસન કરતાં કુવ્યસનની, સદ્વર્તન કરતાં કુવર્તનની, દયા કરતાં નિર્દયતાની, સુનીતિ કરતાં અનીતિની, સંધર્મ કરતાં અધર્મની અને વિવેક કરતાં અવિવેકની સત્વર તથા સહેલથી નકલ કરતાં શીખે છે. સારી કરતાં નહારી અસર તેમના પર વહેલી થાય છે તથા તેમાં તેમને મજા પડે છે એવી તેમની પ્રકૃતિ છે, તેથી કાંઈ પણ અનિષ્ટ બનાવ તેમની નજરે ન પડે, તેમજ શરમ ઉપજે તેવી વાતચીત કે શબ્દથી તેમના કાન અપવિત્ર ન થાય તે માટે જેટલી ફિકર, કાળજી કે અગમચેતી રાખવામાં આવે તેટલી ઓછી સમજવી.

બાળકો માત્ર સાંભળીને અગર વાંચીને શીખે, તેના કરતાં બરાબર નજરે નિહાળીને તથા તે વિષે પ્રશ્નો પૂછીને શીખે તે બહુતર સમજીને પ્રસંગ મળતાં, અગર એ માટે અવકાશ મેળવીને તેમને બાગબગીચા, પર્વત, ઘોષ, નદી, સરોવર, દરિયો, ઐતિહાસિક સ્થળો, જૂદીજૂદી જાતની કારીગરી થતી હોય એવાં કારખાનાં, પ્રયોગશાળા, ચિત્રશાળા, પુસ્તક-શાળા, કસરતશાળા, છાપખાનું, જૂદીજૂદી જાતનાં પ્રદર્શન, પશુ સંગ્રહ સ્થાન, પક્ષી સંગ્રહસ્થાન ચિત્ર સંગ્રહસ્થાન, સુપ્રસિદ્ધ અને આદર્શ મનુ-બ્યોનાં બાવલાં, નિરાશ્રિતગૃહ, આગગાડી, આગબોટ, વહાણ, બનર, કણ્ઠપીઠ,

## રથદ બાળકોને ક્યાં લઈ જવાં અને ક્યાં ન લઈ જવાં ?

શાકપીઠ, પોસ્ટ ઑફિસ અને તાર ઑફિસ વગેરે વગેરે સ્થળો ખતાવીને તે વિષેની તેમની ગ્રહણશક્તિ અનુસાર સમજણ અને માહિતી એમને આપવી જોઈએ.

દેવાલય, પવિત્ર સ્થળો, સદ્ગુરુઓનાં આશ્રમ તેમજ જ્યાં ધર્મ અને નીતિના વ્યાખ્યાન, ધાર્મિક કથા વારતા, લજ્જન કીર્તન તેમજ પરોપકારનાં કાર્ય થતાં હોય એવાં સ્થળે લેઈ જવાથી તેમની ધર્મ ઉપરની શ્રદ્ધા વધે છે.

કોઈ પણ ખરાબ પ્રસંગ બાળકના જોવામાં આવવા ન જોઈએ, તેમજ તેમનાં મનપર આઘાત થાય તેવી બાબતોનું વર્ણન તેમની પાસે કરવું નહીં જોઈએ. લુચ્ચાઈ કે દુગાઈના દાખલા તેમના જોવા જાણવામાં ન આવે તે માટે ખનતી સાવચેતી રાખવી જોઈએ. જ્યાં ગાળાગાળી કે મારામારી ચાલતી હોય, જ્યાં નિર્લજ્જ શબ્દો બોલાતા હોય, જ્યાં ફટાણું ગવાતાં હોય, જ્યાં ઘેરાંઓ મરણ પાછળ રેતાં ને છાતી ફૂટતાં હોય, જ્યાં દુર્ઘસન કરતાં હોય, જ્યાં જુગાર રમતાં હોય, અને જ્યાં વેશ્યા ગાયન ગાતી કે નાચ કરતી હોય ત્યાં બાળકને લેઈ જવાં નહીં જોઈએ; તેમજ તેમને શ્મશાન કે કબરસ્તાન કે જ્યાં અગ્નિદાહ કે બૂમિદાહની ક્રિયા ચાલતી હોય તે ખતાવવું નહીં જોઈએ.

બાળકની નીતિને પોષે તથા તેમનાં ચારિત્ર સુધારવાને સદાયબૂત થાય એવાં નાટકો તેમને માટે ખાસ રચાએલાં હોય તો તે જોવા માટે તેમને લેઈ જવાં એ સલાહકારક છે, પરંતુ મોટા માણસો માટે ખતાવેલાં નાટક જેમાં અપવિત્ર પ્રેમ, લગ્નલડી ને ખૂન જેવા લયનાક દેખાવના પ્રસંગ આવતા હોય તેવાં નાટકમાં તેમને તેડી જવાં એ કોઈ રીતે સારું નથી.

સુધરેલા દેશોમાં તો મોટી ઉમરનાં માણસોની મોજમજાની મંડળીઓમાં, તેમજ જ્યાં લોકો એક બીજાની મસ્કરીઓ કરતાં હોય ત્યાં બાળકની હાજરી રાખતાં નથી.



જે દેખાવથી બાળકો દીલગીર કે નાઉમેદ થઈ જાય, તેમને ધાસ્તી લાગે, અથવા તેમનાં મનમાં ત્રાસ પેદા થાય, તેવા બનાવ તેમના જોવા બાળકોમાં ન આવે તેવી સંભાળ રાખવી જોઈએ.

જ્યાં કાંઈપણ પ્રાણીને નિર્દયપણે દુઃખ દેતાં હોય; જી, માકડ, વીંછી અથવા સરપ વગેરેને મારતાં હોય, પીંછા મારે કે માત્ર ગમતની ખાતર પક્ષીઓને સંહારતાં હોય, પશુપક્ષીનો વધ થતો હોય અથવા માણસને કૂટકા મારતા હોય ત્યાં તેમની હાજરી નહીં જોઈએ; કેદખાનું (જેલ) જોવા તેમને લઈ જવાં નહીં જોઈએ.

કુકડાઓ, ઘેટાઓ, પાડાઓ, ગોધાઓ, ઊંટ અને ગેંડાઓ વગેરેની અસ્પર્શ લગાઈ, હાથીઓની સાહમારી તેમજ એવા બીજા ઘાતકી તમાશા અને લયાનક દેખાવ બાળકોને કદી બતાવવા ન જોઈએ, કેમકે એવી લગાઈ અને સાહમારીમાં બાપડાં જનવરોનાં સંકટ ને સીતમની સિમા રહેતી નથી. કુમળી ને બહુ નાજુક પ્રકૃતિના બાળક કોઈ વાર મૂર્છિત થઈ જાય એવી એ લગાઈ લગાઈઓ છે. બિચારાં ગરીબ જનવરો લોહીલોહાણ થઈ જાય, તેમનાં શરીરમાંથી લોહીની ધારા ઘૂટે, વખતે તેમનાં આંતરડાં બહાર નીકળી પડતાં તેઓ બાપડાં તીવ્ર ધ્રુજ ને વેદના પામે અને તેમનો નાહક ઘાણ નીકળી જાય એવી મહા દુઃખ એ રમતો છે. એવા ભારે નિર્દયપણાના દેખાવમાં બાળકોને—અરે બેપગાં પશુઓને કાંઈ પણ અરેકારો આવતો નથી, પણ ઉલટાં તેમાં ગમત માની તેઓ નાળીઓ પાડે છે અને પોતાનું મહા મોંઘું મનુષ્યપણું બોધે છે; મતલબ મનુષ્યત્વના ભોગે તેઓ મજા મેળવે છે, તથા પોતાનું હૃદય નિષ્કુર છે એમ અવલોકન બતાવી આપે છે, પરંતુ એ પ્રમાણે તે પ્રાણીઓને લગાવવાનો તથા તેમના પ્રત્યે ઘાતકીપણું કરાવવાનો તેમને શો હક અને અધિકાર છે તેનો લવલેશ પણ તેઓ વિચાર કરતાં નથી એ જોઈતું શરમભરેલું તેટલુંજ તિરસ્કારને પાત્ર છે.

બાળકને ધર્મનું અને નીતિનું સિદ્ધાન્ત મળેલું હોય, પરંતુ ઉપર પ્રમાણેના અમાનુષિક વર્તનના—કૂર કર્મોના દેખાવ વખતોવખત તેમની નજરે પડે તો ધર્મ તથા નીતિની અસર તેમના હૃદયમાંથી ધણે દરજ્જે ઓછી થઈ જાય છે, તેમજ તેમની દયાની વૃત્તિ બહુર માંડી જાય છે અથવા તો સમૂળી નષ્ટ થઈ જાય છે.

## સાબાશી.

આ દુનિયામાં સાબાશી મેળવવી કોને નથી ચમતી ! અને એથી કોનું હૃદય રંજિત થતું નથી ! નાના ને મોટા, સ્ત્રી ને પુરુષ એ સૌને તે એકસરખી રીતે ગમે છે. પોતાનાં સારાં કૃત્યને માટે પોતાનાં માબાપ તરફથી માન ને ઇજ્જત મળ્યાથી બાળકોની ખુશીનો પાર રહેતો નથી ; વળી તેમનાં સારાં કૃત્યનાં વખાણ કર્યાથી તેઓને એવાં કામો કરવાને બહુ ઉત્તેજન મળે છે, તેમની રંગમાં ઉત્સાહનું નવું લોહી ઉમેરાય છે તથા ભવિષ્યમાં સાબાશી મળવા જેવાં કામો કરવા તરફ સ્વાભાવિક રીતે તેઓ આકર્ષાય છે. સાબાશી શબ્દ ગમે તેવા કિંમતી વસ્તુના ઇનામ કરતાં પણ વધારે અસરકારક થઈ પડે છે. તમે તમારું કામ બરાબર કર્યું છે એવું માબાપ તરફથી બાળકને કહેવામાં આવે તે તેમના કામનો સરસમાં સરસ બદલો છે.

બાળકોનાં સારાં કામની પ્રશંસા કર્યાથી તેઓ અભિમાની થઈ જશે એવી ખોટી ખીકથી કેટલાંક માબાપ તેમના ગુણને બીલકુલ વખાણતાં નથી, એટલુંજ નહીં પરંતુ તેનાપર કેટલીક વખત ઠાંધ ધ્યાન પણ આપતાં નથી એ રીતિ કોઈ રીતે પસંદ કરવા યોગ્ય નથી, કેમકે એમ કરવાથી તો તે બાપડાઓની ઉલટ ને ઉમેદ તૂટી જાય છે, ઉત્સાહ ભાંગી જાય છે અને ભવિષ્યમાં કોઈ વધારે સારું કામ કરી બતાવવામાં તેઓ મનભંગ થઈ જાય છે.

જે બાળકો પોતાનો પાઠ સારી રીતે કરે, કંઈ નવી કલ્પના શોધી કાઢે, કોઈ અથવા કામમાં ફતેહ પ્રાપ્તે કે કોઈ પરગણુપણાનું કામ કરે ત્યારે તેમનાં તેવાં કામ બદલ માબાપે યોગ્ય વખાણ કરવાં જોઈએ અને કોઈ વખત તેમનાં સારાં કામ બદલ કોઈ યોગ્ય ઇનામ આપીને એમને ઉત્તેજિત કરવાં જોઈએ, પરંતુ તેમાં એટલી સાવચેતી રાખવાની છે કે “ વખાણી ખીચડી દાંતે વળગે ” તેવું થાય નહીં.

પ્રખ્યાત ચિત્રકાર બેન્જમીન વેસ્ટ જ્યારે નાની વયનો હતો ત્યારે તે એક દિવસ પારણામાં પોટલી પોતાની બેન પાસે બેઠેલો હતો, નિદ્રામાં તે બેન જરા હસી તે નિહાળીને તેને અપૂર્વ આનંદ પ્રાપ્ત થયો તથા તેને પરિણામે તેણે એક કાગળપર પોતાની એ બેનનું જેવું આવકચું તેવું ચિત્ર તરકાળ પાડી લીધું, એવામાં તેની મા બહારથી ત્યાં આવી પહોંચી અને તેણે પૂછ્યું કે એ કાગળ શાનો છે ? પોતાની મા કંઈ કારણથી કોપાયમાન થશે એવી બીકથી તેણે ગભરાતાં ગભરાતાં તે કાગળ બતાવ્યો, ત્યારે તેની મા એ ચિત્ર નિરખીને ઘણીજ પ્રસન્ન થઈ અને તેના હૃદયમાં પોતાના એ પુત્રને સુખી લેખને એ ચિત્રને માટે તેને ઘટતી સાબાશી આપી. એ પ્રમાણે ઉત્તેજન મળ્યાથી ચિત્રોના કામમાં દિવસે દિવસે તે વધારે લક્ષ આપવા લાગ્યો તથા તેને પરિણામે એક અચ્છા ચિત્રકાર તરીકે તે પ્રખ્યાતી મેળવી ગયોછે. પ્રસંગ મળ્યાથી એ બેન્જમીન વેસ્ટ કહેતો કે મારી માની એ સુખીના પ્રતાપથીજ હું ચીતારો થયોછું.

## ખેટી બીક.

બાળકોને બીક જાણે વારસામાંજ મળેલી હોય તેમ તેઓ સ્વભાવથી જ થોડા ધણાં બીકણુ હોયછે. કાંઈપણુ ભય છે એવું નહીં જાણ્યા છતાં પણ તેઓ બીએછે. બીલકુલ ન બીએ એવાં કોઈ બાળક હોય તો પ્રભુ જાણે ! બાકી સઘળા બાળકોમાં અમુક પ્રકારની સામાન્ય બીક સ્વાભાવિક રીતે હોયછે. કોઈને એક જાતની તો કોઈને બીજી જાતની બીક હોય છે, અજવાળામાંથી અંધારામાં લઈ જતાં બીએ નહીં એવાં બાળકો તો ક્વચિત જ જોવામાં આવેછે.

ધણાં બાળક એકલાં હોય ત્યારે વિલક્ષણુ અથવા મોટા અવાજથી, વિજળીના ચમકારાથી તેમજ ગાય, ભેંસ, બકરી, કૂતરા, ફરફરીયાં, બિલાડી, ચકલી, ઉંદર, દેડકાં અને કરોળીયા વગેરે પ્રાણીઓ જોઈને બીએછે, રડેછે, નાસેછે અથવા માની સોડમાં ભરાઈ જાયછે !

ધણાં બાળકો કોઈ અજાણ્યું માણસ તેમની સામે જુએ તેથી, કોઈએ વિચિત્ર કપડાં વગેરે પહેર્યાં હોય તેથી, કાળા રંગવાળી કોઈ ચીજથી, ઉંદરથી, કૂતરાના ભસવાથી, બિલાડીના મિયાંઉ મિયાંઉ કરવાથી, ફટાકડાના પુટવાથી, બંદુકના અવાજથી, તોપના ધડાકાથી, વરસાદના કડાકા કે બીજી કોઈ ગર્જનાથી, બૂમાબૂમથી, કોઈ ટુકાણે પોતે એકલાં સૂવાથી, અંધારાવાળા ઓરડામાં રહેવાથી, રાતે ઘરની બહાર નીકળવાથી, પોલીસના સિપાઈને તેના ડેસમાં જોવાથી, એક ઓરડામાંથી બીજા ઓરડામાં જતાં, નીચલે માળેથી ઉપરને માળે અથવા ઉપરને માળેથી નીચેને માળે જતાં બીએછે, દીવો દરી જવાથી બીએછે, પોતાના પડછાયાથી બીએછે તેમજ ભૂતના નામથી બીએછે. બીવાનું ક્યાં લેવા જવું પડે તેમ છે ? સ્વભાવથીજ ધણા ડરકણુ !

આટલી બધી બીક કેમ જાણે ઓછી પડતી હોય અને તેની બરાબર પૂર્ણતા કરવી હોય તેમ માળાપ પ્રસંગોપાત અમુક અમુક

તરેહની બીજી બીકથી તેમને બીવરાવીને પરિણામે બાબલા ને નમાલા સરખા બનાવી મૂકે છે.

કેટલાંક માઆપ પોતાની માની લીધેલી થોડી હેરાનગતિ દૂર કરવા ખાતર પોતાના રડતા છોડને છાતું રાખવા અથવા ઉંઘાડવા ખાતર તેને બીવરાવવાની જરૂર ધારીને કહે છે કે “બાહુ આવ્યો” “હાઉ આવ્યો” “બાઘડો આવ્યો” “ધોધો આવ્યો” “બાવો આવ્યો” “ફફાર આવ્યો” “વાધ આવ્યો” “ભૂત આવ્યું” તે તેને ઉપાડી જશે એમ બોલીને ડરાવે છે, અને એમ કરતાં તે છાતું ન રહે અથવા ઉંઘી ન જાય તો છોટોડ જહાંગીરી હુકમજ આવે છે કે “અડ્યા બાવા આને ઉપાડી જ” “અડ્યા બાઘડા આને લેઈ જ” અથવા “અડ્યા વાધ આને ખાઈ જ” ! એવું એવું તદ્દન જૂઠું બોલીને તેને વખતોવખત બીવરાવ્યા કરે છે, એટલે એવી બીકનું માયું બાળક છાતું રહી અથવા ઉંઘી જાય છે પણ તેથી તેને ઘણીવાર ભયનાં સ્વપ્નાં આવે છે, તે કંપે છે, ઉંઘમાંથી જખડીને જગે છે, કોઈ વાર ધાસ્તીથી મૂતરી જાય છે, તો કોઈ વાર તેને તાવ આવે છે ; અર્થાત્, હરકોઈ પ્રકારે તેની તખ્તિયત બગડે છે તથા તેના પરિણામે જેમ તેમને તેમજ માઆપને પણ કેટલીક રીતે હેરાન થવું પડે છે.

એવી હજારો બેડી બીક પોતાના સંતાનને તેના બચપણમાં વારંવાર આપ્યા કરવાથી તેઓ ભવિષ્યમાં બીડ પ્રકૃતિનાં થાય છે, ને બીકણ બિલાડી જેવા રહીને દુનિયામાં આગળ પડી શકતાં નથી. બાળપણમાં હસી ગયેલી બીક મોટી વય થયાથી અથવા ઘણાં પ્રયત્નને પરિણામે પણ છેક નિર્મૂળ થઈ શકતી નથી. મોટા થયે તેઓ મા અથવા બાપનું પદ પામે તોપણ બચપણથી તેમનામાં ભૂતપ્રેત અને અધારાનો ડર અંતરમાં ડેહ સુધા પેસી ગયો હોય છે તે કેમ કયો નીકળતો નથી. એવાં માઆપ પોતાના સંતાનને હિંમતેબહાદૂર કે નીડર શી રીતે બનાવી શકે ?

માઆપ પોતે કદાચ ભૂત, પલીત, ડાકણ કે ચુડેલની વાત માનતાં હોય તોપણ તેમણે બાળક પાસે તેવી વાત કદી કરવી નહીં જોઈએ. રમૂજની ખાતર કે કાંઈ બોધની ખાતર લખાનક ભૂત અથવા રાક્ષસની વાતો કરવી ન જોઈએ, તેમજ ખૂની ને ચોરની વાતો કહેવી નહીં જોઈએ.

છોકરું અમુક યૌજ માઆપ પાસે માગે તે તેને ન આપવી હોય તો તેને એમ કહેવું ન જોઈએ કે તે તને કરડશે, કારણ કે પાછળથી જ્યારે તેને માલમ પડશે કે તે યૌજ કરડે તેવી નથી, અને મા અથવા બાપે જૂઠું બોલીને પોતાને છેતરવાનું ક્યું હતું એટલે પછી માઆપ કાંઈ સાચી વાત કહેશે તોપણ તે તેમના માનવામાં એકદમ નહીં આવે.

બાળક જ્યારે માઆપના કહેવાથી આડું ચાલતું હોય, મસ્તી કરતું હોય, અથવા પોતાનું અમુક કામ કરતું ન હોય તો તેને ખોટા દમ ભરાવવા માટે એમ કહેવું ન જોઈએ કે તને નિશાળે મોકલી દઈશ, અને મહેતાજીને કહીશ કે તે તને ખૂબ મારે અથવા તને દાકતરની દવા પાછશ વગેરે વગેરે ખોટા ભય બતાવવો જોઈતો નથી, કેમકે એવું બાળક પછી નિશાળ એવું નામ સાંભળીનેજ ડરવા લાગે છે એટલે તે પછી ત્યાં ખુશીથી લાજુવા તે શી રીત જશે, અથવા જરૂર પડ્યાથી દવા શી રીતે પીશે ?

ખોટાં કામ સિવાય બીજા કશાથી ડરવાનું નથી એમ માઆપે નાનપણથીજ પોતાના સંતાનને શીખવવું જોઈએ. અધારા ઓરડામાં કોઈ કોઈ વખત જવાની બાળપણથી તેમને ટેવ પાડવી જોઈએ; મતલબ કે જે રીતે તે આગળ ઉપર નીડર ને હિંમતવાન થાય એવી રીતે માઆપે તેમની સાથે વર્તવું તથા વખતોવખત તેમને ખરી હકિકત સમજાવતાં રહેવું એ સલાહકારક છે.

## લાડ.

બાળકને લાડ લડાવવાનો દોષ હિન્દી માળાપોમાં ઘણો સામાન્ય છે. પોતાનાં બચ્ચાંને લાડ લડાવવા પાછળ ફેટલીક પ્રેમચેલી મા મરી શીટે છે. બચ્ચાંને તેની મરજીમાં આવે તેમ ચાલવા દે છે, એટલું જ નહીં પરંતુ ઉલટું તેમાં ઉત્તેજન આપે છે. બાળકમાં કાંઈ દુવાંક જેવામાં આવે તો તેનો ટોપલો બીજાની ઉપર દોળી પાડવાનો યોગ આવે તો તેમ કરવાને પણ તેવી માતા મુદ્દલ ચૂકતી નથી. !

બાળક કાંઈ ખોટું કામ કરે તો તેને માટે તેને શીખામણ કે ટપકો ન આપતાં છોકરવાદીમાં ગણે છે, અને બીજાં કોઈ તે બાબત એ બાળકને શીખામણ આપવા જાય તો તે માતા તેની સાથે કોઈ વાર લડે છે પણ ખરી. પોતાનું સંતાન ખરાબ સોબતમાં કરે તેની તે કશી દરકાર રાખતી નથી, તેમજ તેની મરજી પડે ત્યાં વાપરવા માટે તેને ખ્યારથી પૈસા આપે છે, તેથી તે બાળક મનમોજી ને ઉડાઉ થઈ જાય છે.

અશીલુમિશ્રિત બાળાગોળીની ડબ્બી કે એવી બીજી કોઈ જેખમભરેલી ચીજ પોતાના બાળકે હાથમાં લીધી હોય તે તેની પાસેથી લેઈ લેતાં તે રડે તો તેને નારાજ ન કરવાની ખાતર તેવી ચીજ તેની પાસે રહેવા દે છે તેથી કોઈ વાર તેમાંથી માફું પરિણામ નીપજે છે. એ રીતે માતા પોતાના બાળકની મરજીની ગુલામ સરખી થઈ પડે છે.

જે માતાને એકજ બાળક સાંપડ્યું હોય, ઘણી મોટી વયે બચ્ચું આવતયું હોય, જન્મેલાં બાળકોમાંથી બીજાં મરી જતાં બાકી એકજ જીવતું રહ્યું હોય, તે દીકરા નહીં પણ દીકરી હોય તો દીકરાની ખોટે તે દીકરીને દીકરા તુલ્ય ગણીને—એવાં મોં જેમા બાળકને લાડ લડાવવામાં તથા તેને ન જેઈતી છૂટ આપવામાં કસર કરવામાં આવતી નથી. લાડમાં ખૂબ મલ્યુંમલ્યું અને તબીયતને માફક ન આવે તેવું પણ તેને રાજી

રાખવા માટે ખવરાવેછે, તે જે માગે તે આપેછે, તેની ઇચ્છામાં આવે તેમ થવા દેછે, તથા તેની હાજતને હદ બહાર વધવા દેછે. એવી માતા પોતાનાં બાળકનાં આંસુને સોનાના મૂલ્યના ગણતી હોવાથી તેને કોઈ વખત પણ રડતું જોવાનું તેને પાલવતું નથી, તેમજ તે મોઢું જરા કસાણું કરે તે પણ તે સહન કરી શકતી નથી, પરંતુ ખરેખરી રીતે તેણે સમજવું જોઈએ કે નહીં આપવા જેવી ચીજ બાળકને ન આપવામાં આવે તેથી તે રડે તોપણ શું? તેને જે કરશે ખસતું તો તે પછી આવશે હસતું! ગૃહરાજ્યમાં ઘણીવાર કામગી થવાના તો કોઈ વાર કઠોર થવાના પણ પ્રસંગ આવેછે. “સોનાની કઠારી હોય તો તે ભેટમાં ખોસાય પણ પેટમાં ન ખોસાય.” જેઓ છોકરાને અયોગ્ય લાડથી બહુ મોંઘા કરશે પણ તે આખરે બહુ સોંઘાં ને સફરાં થઈ જશે!

એવી લાડવેંટ્રી માતા પોતાના સંતાનની શીશીઆરી અને ટગાઈને હોંશિયારીમાં, હઠને આગ્રહમાં, સાચજૂડને ચાકાકી-ચખરાકી અથવા પક્કાઈમાં, ખેશરમપણાને સ્વતંત્રતામાં, ઉડાઉપણાને ઉદારતામાં અને દુર્બળતાને કામગીતામાં ફેરવી નાખેછે, તેમજ તેને મોટે ચડાવવામાં તથા માથે ચડાવવામાં કશી મણા રાખતી નથી. કેટલાંએક માઆપ પોતાના બાળકને લાડમાં ગાળો પણ દે છે!

આવા અનુચિત અને અનહદ લાડનું ઘણું અનિષ્ટ પરિણામ આવ્યા વિના રહેતું નથી. “લીધાં લાડ ને ખાધાં ખાસડાં” એ કહેવત સરખું થાયછે. ભવિષ્યમાં ઘણા સારાં થઈ શકે તેવાં બાળક પણ અતિશય લાડથી બગડી જાયછે. જે માગે તે તેમને આપવામાં આવે તેથી તે ઘણા ખરાબ થઈ જાયછે. લાડકડાને જેટલાં લાડ લડાવવામાં આવે તેટલાં તે હડીલાં થઈ જાયછે. તેમને ગમે તેમ કરવા દીધાથી પછી તે જીલના જૂટાં, સ્વચ્છંદી ને નિરંકુશ બની જાયછે, મર્યાદા અને શરમને નેવે મૂકી દેછે,



મરજમાં આવે તેમ ઉધ્ધતાપ્રથી ફાટયે ડાચે બોલેછે, અને તે જ્યારે વિક્ષેપે ત્યારે કોષના રહેતાં નથી. માઆપ જે તેમને શીખામણ દેવા જાયછે તો તે તેમને ગાળો લાંડેછે, અને કોષ વખત બહુજ સામે થઈને તેમના ઉપર હાથચાલાકી પણ કરેછે. એ પ્રમાણે “ દયા ડાકણને ખાય ” એ કહેવત સરખું થઈ પડેલું પ્રત્યક્ષ થાયછે ત્યારે માઆપ પેટ ભરીને પસ્તાયછે, પણ એ પસ્તાવાથી બગડી બાજુ સુધરતો નથી.

એ પ્રમાણે લાડમાં ઉછરેલા છોકરા ઘણી વાર માડી સોજતમાં અને કુઈંદમાં પડીને બહેકા જાયછે. કોષ ખીડીઓ ધુકતાં, દારૂ પીતાં અથવા જુગાર ખેલતાં શીખેછે, અને તેવાં કામ માટે માઆપ તરફથી પૈસા ન મળે તો ઘરમાંથી ચોરીઓ કરતાં અથવા અમુક સ્ત્રીજ ઉપાડીને તેનો વિક્રય કરતાં શીખેછે, તથા તેને પરિણામે ભવિષ્યમાં તેમને શિક્ષા ભોગવવાનો અને ખીજ ઘણી રીતે હાલહવાલ થવાનો પ્રસંગ આવેછે ત્યારે તેઓ માઆપને શ્રાપ આપેછે અને કહેછે કે અમને જે માઆપે નાનપણમાં ખોટાં લાડ લડાવીને મનસ્વી કરી નાખ્યા ન હોત, અને બગડવા દીધા ન હોત તો અમારી આવી ખૂરી દશા થાત નહીં તથા અમારો ભવ બગડત નહીં.

સામાન્ય રીતે જ્ઞેતાં પહેલા ખોળાનો દીકરો માતાના વધારેમાં વધારે લાડકોડનો ભોક્તા થાયછે, અને સૌથી નાનો દીકરો તેનો વધતામાં વધતો ખ્યાર તેમજ મમતા મેળવવાને લાગ્યશાળી નીવડેછે !



## ચોરી.

કોઇ પણ ચીજ તેના માલિકે ખુશીથી આપ્યા વગર અથવા તેની માહિતી વગર છાનીમાની સંતાડીને લેઇ લેવી એ ચોરી છે. ઘણીની રજા વગર તેની કાંઇ પણ નજીવી વસ્તુ લેવી એ પણ ચોરી છે. બીજાની ચીજ તેની આજ્ઞા વગર વાપરવી એ પણ ચોરી છે. જેઓ કદી ચોરી કરતાં નથી, જૂઠું ખોલતાં નથી તેઓ સદા નિર્ભય રહે છે, તથા બીજાં માણસો તેમને અંતઃકરણથી ચાહે છે એમ બાળકને નાનપણથી જ જણાવતાં રહેવું જોઇએ. માઈ અને તાઈ એ શબ્દો વચ્ચેનો તેમને તફાવત શીખવવો જોઇએ. પોતાના બાઇ, બેન, સોબતી તેમજ બીજા હરકોઇ સંબંધમાં આવનાર માણસો સાથે પ્રામાણિકપણે ચાલવાની અગત્ય તેમને સમજાવવી જોઇએ. સંબંધી માણસો જો પ્રામાણિક, સાચા ને નિમકહલાક થાય તો બારને તાળું વાસવાની, તેમજ બ્યાવહારમાં દર-દસ્તાવેજ કરવાની કશીએ જરૂર રહે નહીં.

બાળક કદાપિ કાંઇ પણ ચીજ બીજાને ત્યાંથી રજા વિના કિપાડી લાવે તો તે ચીજ જેની હોય તેને એ લાવનાર બાળકના હાથથી જ પાછી અપાવવી જોઇએ, અને એ ચીજ પાછી અપાય તેવી સ્થિતિમાં રહેલી ન હોય તો તેની પુરેપુરી કિંમત જેની તેને ભરી આપવી જોઇએ. એ પ્રમાણે જો માબાપ કરશે તો તેથી એ બાળકને ખાતરી થશે કે માબાપ એવી ચીજ ન રાખતાં તે અસલ ચીજ, અથવા તેને અલાવે તે ચીજની કિંમત તેના માલિકને આપે છે. એ પ્રમાણે થયાથી તે પછી બીજા વખત કોઇને ત્યાંથી કાંઇ ચીજ ચોરી લાવે તેવો સંભવ બહુજ ઓછો રહેશે. ચોદાઇના અને દોંગાઇના કામથી ડરશે; પરંતુ તેવી ચોરી આણેલી ચીજની માબાપને ખબર પડ્યા છતાં જો તેને એ માટે થોડાં ચેતવણી કે ઠપકો નહીં આપતાં તે ચીજ પોતાના ઘરમાં રહેવા દેશે તો તેથી ફરીથી ચોરી કરવાનું તે બાળકને અદિતિ ઉત્તેજન મળશે અને પરિણામે તેને પછી હરામચરકો લાગવા માંડશે તથા ચોરી કરવાની ખરાબ આદત તેને હમેશને માટે પડી જશે.

ઘરમાંથી માઆપની આજ્ઞા સિવાય કાંઈ પણ ચીજ જાનીમાની ઉપાડી જવી એ પણ ચોરી છે. જો કે તે ચીજ બાળકે પોતાનાં માઆપ પાસે માગી હોત તો તે તેને આપત એમ સોવસા ભરેસો હોય તોપણ તેથી શું થયું ? કોઈ છોકરાં માઆપની નજર ચૂકાવીને ઘરમાંથી સાકર, સોપારી કે મીઠાઈ વગેરે ખાવાની ચીજ ચોરી જાય છે, પાંદ પૈસો ઉપાડી જાય છે અને તે વિષે પૂછવામાં આવે છે ત્યારે ધનકાર કરે છે અને કહે છે કે મેં તે બીલકુલ લીધેલ નથી કે જોયેલ પણ નથી, એથી ચોરીની સાથે બીજો અપરાધ જૂડું બોલવાનો પણ તે કરે છે. કોઈ બાળક નિશાળમાંથી બીજાની પેન્સીલ કે પુસ્તક વગેરે ચોરી લાવે છે, કોઈ પોતાના દોસ્તને ઘેર જઈ તેનું રમકડું ઉઘાડી લાવે છે, કોઈ બીજાના આગમાં જઈને તેના માલિકની રજા ધિના ફૂલ, પાન ચુંડી લે છે, તો કોઈ ત્યાંથી ફળ ઉપાડી લાવે છે તે પણ ચોરી છે. નાની પણ ચોરી અને મોટી પણ ચોરી.

કોઈની પડી ગયેલી ચીજ અથવા કોઈની ખોવાઈ ગયેલી ચીજ જડે તો તેના માલિકને સ્વાધિન નહીં કરતાં કોઈને જાહેર કર્યા સિવાય તે પોતાની પામે રાખવી એ પણ ચોરી છે. એવા નધણીઆતી ચીજ હાથ આવે તો તે કામદેસર પોલીસ ખાતામાં તુરત સોંપી દેવી જોઈએ.

કોઈની કાંઈ પણ ચીજ પોતાને ત્યાં ભૂલથી રહી ગઈ હોય તે જેની તેને પાછી દેવી જોઈએ, અથવા હિસાબમાં ભૂલથી કોઈના વધારે પૈસા આવ્યા હોય તો તે તેને પાછા ભરી દેવા જોઈએ; એ પ્રમાણે કરવામાં ન આવે તો તે પણ ચોરી છે. કરજદાર પોતાનું કરજ ન ભરે તો તે એક જાતની ચોરી છે તેમ વિશ્વાસઘાત પણ છે. લાંચ લેવી એ પણ એક પ્રકારનો ચોરી છે.

નિશાળમાં મહેતાજીએ લખાવેલો હોય કે કોઈ સવાલના જવાબ લખવાનું કહેતું હોય ત્યારે બીજા નિશાળીઆએ લખેલ જવાબ જોઈને કે કોઈને પૂછીને તે પ્રમાણે જવાબ લખી આપવો એ પણ ચોરી છે તથા તેની સાથે ફગલબાજી પણ છે.

પરીક્ષા આપતી હોય ત્યારે કદાચ વર્ગના શિક્ષક વગેરે છોટી કાંઈ નિશાન કરે, ઇસારે કરે કે છાનુ'માનુ' કાંઈ કહી દે તે પ્રમાણે સવાલનો જવાબ લખી દેવો તે પણ ચોરી છે, તેમજ ઢગાઈ છે.

બીડીઓ ડુંકવાનું, પાનપટી ખાવાનું, હોટેલ વગેરેમાં જઈને ચા વગેરે પીવાનું તેમજ ત્યાં નાસ્તાપાણી કરવાનું, જુગાર રમવાનું, નાટકચેટક જેવાનું કે એવાં બીજાં મોજશોખ ને દુર્વ્યસનને માટે બીજાનું કરજ કરવાનું અપવિત્રાણ છોકરાઓને પડે છે તેને પરિણામે તેઓ ચોરી કરવાનું શીખે છે. ખાઉકડ થઈ ગયેલા છોકરા ચોરી ન કરતાં હોય એવું જવલ્લેજ બને છે.

નાનપણમાં નાની ચોરીઓ કરવાનું શીખ્યા હોય તેઓને ચોરટા છોકરાની સોખત થતાં મોટપણે મોટી ચોરીઓ કરવાની હિંમત આવે છે, અને તેમ કરતાં થોડા વખત સુધી કદાપિ બચી જાય પણ આખરે તેવી ચોરી પકડાયા વિના રહેતી નથી ત્યારે એવા ચોરટાને પોતાને ત્યાં આવવા દેવાને હરકોઈ નારાજ હોય છે. તેમને કોઈ નોકરી ચાકરીમાં કે મફત પણ પોતાને ત્યાં રાખતા નથી; વળી લોકોમાં તેમની બેઆબરૂ થાય છે તથા સૌ તેમને ધિક્કારે છે. એવા ચોર રસ્તામાં પોલીસના સિપાઈને જુએ છે તો તેમને ધાસ્તી લાગે છે કે તે મને પકડ્યા આવતો હશે! ચોરનું મન પણ ચોર! ગુન્હો રાંક છે. ચોરને સર્વત્ર ભય જણાય છે અને ધાસ્તીને લીધે તેને શાંત અને મીઠી નિદ્રા આવતી નથી.

ઘણાં માણસોનાં ઘરમાંથી હજારો રૂપિયાની ચોરીઓ થાય છે અને કેટલાએક પ્રસંગે જુગારીઓ હજારો રૂપિયા જુગારમાં જીત્યા એવી વાતો પ્રસંગે પ્રસંગે સંભળાય છે, પરંતુ એવા હરામના પૈસા પાછા ગમે ત્યાં તુરતમાં ચાલ્યા જતા હશે, કેમકે કોઈપણ ગામમાં એવા કોઈ ચોર અથવા જુગારીની હવેલી બંધાઈ હોય એમ જોવા કે જાણવામાં આવેલું નથી. કહેવત છે કે “ચોરીનો માલ ચંડાળે જાય ને પાપી હાથ ધસંતા થાય.”

એ રીતે જોતાં “ ચોરને પાંદડે ધૂળની ધૂળ ” રહેછે અને “ ચાર દહાડાનું ચાંદરડું ને પાછી ઘોર અંધારી રાત ” એના સરખું થાયછે.

પૈસા મેળવવા સાર કરેલ ખૂનના ગુન્હા માટે એક માણસને ફાંસીની શિક્ષા કરવાનો હુકમ થતાં તે પ્રમાણે તેને ફાંસીને લાકડે લટકાવવામાં આવ્યો. તે પહેલાં પોતાની માને છેલ્લી વખત મળી લેવાની તેણે પોતાની ખાંચેશ બતાવી હતી. તેની મા તે વખતે ત્યાં ખૂબ રડતી અને કલ્પાંત કરતી હતા, તેને જ્યારે પોતાના દીકરાની પાસે મોકલવામાં આવી ત્યારે તે છોકરે જાણે પોતાની માતાના કાનમાં કાંઈ છૂપી વાત કરવા માગતો હોય તેમ તેના કાન નજીક જઈને તેનો કાન પોતાના દાંતથી એકદમ તોડી નાખ્યો. જોનારાઓ તે માણસનું આવું ક્રૂર કર્મ જોઈને તેનો ધણો તિરસ્કાર કરવા લાગ્યા; પછી એવું ઘણું નિર્દય કૃત્ય કરવાનું તેને જ્યારે કારણ પૂછવામાં આવ્યું ત્યારે તે ખૂનીએ ખુલાસો કર્યો કે મારે આજે મારી આ માના લીધેજ કમેતે મરવું પડેછે, કારણ કે હું જ્યારે છેક નાની ઉંમરનો હતો ત્યારે એક વાર કોઈની કાંઈ ચીજ ચોરી લાગ્યો હતો ત્યારે મારી માએ તે ખુશીથી પોતાના ઘરમાં રાખી હતી તથા તે કૃત્ય બદલ મને સાબાશીની સાથે મીઠાઈ આપી હતી, એથી હું દિવસે દિવસે વધારે ચોરીઓ કરતાં શીખ્યો, પણ જો મેં પ્રથમ ચોરી કરી તે વખતેજ તેણે મને વાર્યો હોત, હપકો આપ્યો હોત, અને હાથના બરાબર ચોખ્ખા રહેવાની તાકીદ આપી હોત તો આજે મારી આ વસ્તે થાત નહીં.

## બાળકો, હલકા ચાકરોના હવાલામાં.

ગરીબગરબાનાં છોકરાંઓ કરતાં શ્રીમંત અને મોટા ઓહોદારનાં છોકરાંઓને માઆપની સમિષ રહીને ઉચ્ચ નીતિ રીતિની તરબીયત પામવાનો વધારે સંભવ રાખી શકાય પરંતુ અજ્ઞાનતા, કામરતા અથવા ખોટી મોટાઇને લીધે તે પ્રમાણે તેમને પગોટવાનું ધણું ઠેકાણું બનતું હોય એમ જોવામાં આવતું નથી. પગોટવાનું કામ એક બાળુએ રાખીએ પરંતુ નાનપણમાં તેમને સંભાળવાનું કામ પણ એવાં માઆપનાં મનથી હલકું લાગતું હોવાથી પોતાનાં બાળકોને કાંઈ પણ અદેસા કે વિચાર વગર હલકા નોકર કે ધાત્રીને તેઓ ધીરેછે, અને એવાં માણસના હવાલામાં ગમે ત્યાં અને ગમે તેટલો વખત તેમને રખડતા મોકલવાં એ પરમેશ્વરને ખોળે ખેસાડવા સરખું નિર્ભય તેઓ ગણેછે. હલકા નોકરને પોતાના બાળકને સુપ્રત કરવામાં કેટલું જોખમ સમાયેલુંછે તેનો ખ્યાલ કરવામાં તેઓ બહુ બેદરકાર રહેછે, પણ એવું વર્તન કાંઈ રીતે ચક્ષાવી લેવા અથવા માફ કરવા જેવું નથી. એક ગ્રીક પંડિતે કહેલુંછે કે “તમારા પુત્રને ઉછેરવા સાર તમે ધરના એક ગુલામને સોંપશો તો તમે ધરમાં એક ગુલામને બદલે બે ગુલામ બનાવશો !”

પોતાનાં સંતાનને માઆપ ખરેખર ચાહતાં હોયછે તેની ના નહીં, પરંતુ તેમાંનાં કેટલાંકને તેમને સાથે લઈને ફરવાનો કંટાળો હોયછે, તેથી તેઓ પોતે જૂદાં ફરવા જાયછે, અને પોતાના બાળકને હલકા ચાકરની સાથે ફરવા મોકલેછે, એટલે તેના સહવાસથી તે બગડેછે. છોકરાં સારા કરતાં નરતાનું અનુકરણ જલદી કરેછે. માઆપને પોતાને પોતાનાં બાળકનાં બલ્લાં માટે જેવી ફિકર હોય તેવી બાકુતી ચાકરને ન હોય એ બે ને બે ચાર જેવી સ્પષ્ટ વાત છે, પરંતુ ધણાં માઆપ ગમે તેવાં માની લીધેલાં કારણથી બાળકના શ્રેય માટે જાતે શ્રમ ઉઠાવતાં નથી

ખેદની વાત છે. નાલાયક ચાકરની સાથે બાળકને એકલાં ફરવા મોકલવાં તેના કરતાં તેમને ઘેરજ રાખવાં એ પરિણામે વધારે સારું છે.

બાળકને ખરાબ ચાકરના હવાલામાં સોંપવામાં આવે તે તેમનું હાવિષ્ય બગાડનાર છે; કેમકે એવા હલકા ચાકરની સાથે બાળકને વખતોવખત બહાર ફરવા મોકલ્યાથી તે તેના દુરાચરણ ને કુલક્ષણનું અનુકરણ કર્યા વિના ભાગ્યેજ રહેશે.

કેટલાક ચાકર ગમતની ખાતર બાળકને બૂંડું બોલતાં, ગુન્હા છુપાવવા માટે બૂંડું બોલતાં, છેતરપીંડી કરતાં અને બીજાને ગાળો ભાંડતાં શીખવીને ખૂબ ખુશી થાય છે. કેટલાક ચાકર “બૂત કે બાધડો તને ઉપાડી જશે,” એમ બાળકને કહીને અથવા તેની સામે ડાળા કાઢીને કે બીજી રીતે ચહેરાની વિકૃતી કરીને બીચારાવે છે ! કોઈ કાંઈ અડપલાં કરીને તેને રાવરાવીને ગમત મેળવે છે; કેટલાક ચાકર બાળક રડતું હોય તે જાનું ન રહે તો તેને ચુંટીઆ ભરે છે કે સહજ માર મારે છે, પાંખડું પકડીને ઉઘડે છે, ખેંચે છે, વળી તે થાકી ગયું હોય તોપણ તેને ન તેડતાં પગે ચલાવે છે, પણ તેવા બાળકને કોઈ ઓળખીતા લોકો રડતું જુએ તો તેવે પ્રસંગે તેને જાનું રાખવાને એવા ચાકર પટાવવા ને પંપાળવા લાગે છે !

કોઈવાર એવા હલકા ચાકર બહાર ભેળા થાય ત્યારે અસ્પર્શ ધણી ખરાબ વાતો કરે છે, ગલીચ લાપામાં વાતો કરે છે અને તે તેમના હવાલાના બાળકોના સાંભળવામાં આવે છે એટલે તેની ખરાબ અસર તેમને થવાનો ધણી સંભવ છે. એવા ચાકરો તમાકુની બીડીઓ પૂંકતા હોય તો તેનો ઝેરી ધુમાડો, તેમની પાસે રહેલા બાળકના શ્વાસમાં જાય છે; કેટલાક ચાકર પોતાના હવાલાના બાળકને બીડી પીતાં શીખવે છે; મા અથવા બાપે બાળકના હાથમાં કાંઈ ખાવાનું આપ્યું હોય તે બધું અથવા તેમાંથી થોડું કોઈ ચાકર પોતાને લાગ મળે તો ખાઈ જાય છે, તો કોઈ ચાકર બાળકની તનદુરસ્તીને નુકસાન થાય એવી ઘીજ લેધને અજાનતાથી પોતાના હવાલાના બાળકને ખવરાવે છે.

કોઇ આકર ઓકરને રડતો બધે રાખવા, બધવા તેને રાજ રાખવા તેની શુભ ઇંદ્રિય પર સ્પર્શ કરે છે, એથી તે ઓકરને ખુશીની લાગણી ઉત્પન્ન થાય છે, અને વખતોવખત એ પ્રમાણે કરવાથી તેનું પરિણામ ધણીવાર એવું આવે છે કે તેમાંના કેટલાક ઓકરા મોટા થયા પછી પણ એ ઇંદ્રિયનો જ્યારે ત્યારે હાથથી સ્પર્શ કરે છે, અને તેઓ મોટી ઉમરના થયે તેમાંના કોઇને હાથ-રસની કુટેવ પડે છે તથા તેને પરિણામે એમને અમુક પ્રકારનો અસાધ્ય વ્યાધિ ઉત્પન્ન થાય છે, અને જીંદગી બરબાદ સરખી થઇ પડે છે.

કોઇ પ્રખ્યાત માણસનો ઓકરો જ્યારે ખરાબ નીકળે છે ત્યારે લોકો અજાણ્ય થઇને પૂછે છે કે એનાં માઆપ તો ઘણાં સારાં છે એમ છતાં એ આવો ખરાબ કેમ થયો હશે ? પરંતુ તેમને થોડીજ ખબર હોય છે કે તેના ઓકરા નાનપણમાં ઘણે લાગે બહુ હલકા આકરોના સહવાસમાં ઉઝ્યાં હોય છે તથા પાછળથી પણ તે બીજાની બૂરી સોખતમાં પડેલા હોય છે. “ સોખત તેવી અસર ” એ કહેવત જગપ્રસિધ્ધ અને સર્વામાન્ય છે. કુસોખતથી અનાચાર ને અનીતિનાં બીજ નાનપણથી જો રોપાયેલ હોય તો ભવિષ્યમાં તેનું અનિષ્ટ પરિણામ આવ્યા વગર કદી રહેતું નથી.

ઉપર પ્રમાણે આકરોને જેવા ખરાબ ચીતર્યાં છે, તેવા કાંઇ બધા આકરો હોતા નથી, પરંતુ તેઓ એવા સદ્વર્તનશાળી હોવાનો સંભવ નથી કે જેમની પાસેથી બાળક ઉચ્ચ પ્રકારની નીતિ, રીતિ ને સદ્ગુહસ્થને જાજે તેવા સદાચાર ને પ્રશંસાપાત્ર રીતઝાત સંપાદન કરી શકે; માટે દરેક માઆપે પોતાના બાળકને બનતાં સુધી પોતાના સહવાસમાં રાખી તેમને સારા સંસ્કારી કરવાની તજવીજ કરવી જોઇએ.

પોતાના બાળકને આકર કંઇ કારણસર બહાર તેડી જતો હોય તો તે ત્યાં તેને કેવી રીતે રાખે છે તે વિષે માઆપે ખબર રાખવી જોઇએ. આકરને વિશ્વાસે રહેવું નજ જોઇએ.



## સોબતી.

બાળકને “ જેવી સોબત તેવી અસર ” અને “ સંગત તેવી બુદ્ધિ ” થયા વગર રહેતી નથી. જેવો સંગ મળે તેવો તે રંગ પામે છે. સોબત કે સહવાસની અસરના સંબંધમાં પોપટનાં બે બચ્ચાં, કે જેમાંનું એક સારી સોબતમાં રહ્યાથી સારું નીવડ્યું હતું અને બીજું નહારી સોબતમાં રહ્યાથી ઘણુંજ નહારું નીકળ્યું હતું એ વાત એટલી તો સુપ્રસિધ્ધ છે કે તેની અત્ર પુનરુક્તિ કરવાની લેશ પણ જરૂર નથી.

સારી સંગત એ સહગુણનું લક્ષણ છે, અને બૂંડી સંગત એ દુર્ગુણનું મૂળ છે. બાળક જેની સંગતમાં રહે તેની પાસેથી કાંઈ પણ ગુણ-અવગુણનો પાશ તે મેળવ્યા વિના રહે નહીં. સહવાસ જેવી માનવ જાતિપર બલિષ્ઠ સત્તા બીજી એકેની નથી. બાળકનાં આચરણપર સંગતના જેવી અસર બીજા કશાથી થતી નથી. સહગુણીની સાથે સહગુણી રહે તો એક બીજાના સહગુણની ખીલવટ થાય છે, અને દુર્ગુણીની સાથે દુર્ગુણી વસે તો તેમના દુર્ગુણ વૃદ્ધિને પામે છે.

બચ્ચાને નિર્જન પ્રદેશમાં કે જ્યાં વનચર પ્રાણીઓ જ વસતાં હોય ત્યાં ઝાઝો વખત સુધી રાખવામાં આવે તો તે પોતાની સમિપ વસનારા પશુપક્ષીઓ સરખા ઉચ્ચાર કરતાં, ઢેકતાં તેમજ તેમનાં બીજાં અમુક લક્ષણ સ્વાભાવિકરીતે શીખી જશે. અનુકરણ કરવું એ બાળકનો ખાસ સ્વભાવ છે. સ્પેનમાં એક કહેવત ચાલે છે કે “ વરુઓની સંગતમાં વસશે તો તેમની પેઠે તમે પણ ભુકંતા શીખશો. ”

કાળીઆ બળદની જોડે ઘોળીઆને બાંબાથી તે ઘોળીઓ ઘોળા રંગનો મટીને કાળા રંગનો નહીં થઈ જાય, પરંતુ એ કાળીઆની સાન તો સહવાસના કારણથી તે અવશ્ય શીખી જશે; તે પ્રમાણે રાજના સહવાસથી

મનુષ્યના શરીરની આકૃતિ જે કે બદલાતી નથી પરંતુ તેની પ્રકૃતિ ને ગુણમાં ફેર પડ્યા વગર રહેતો નથી. સાધુના સંજમાં રહ્યાથી સંસારથી વિરાગ ઉપજેછે અને હિંસક પ્રાણી સાથે જન્યુ નિવાસ રાખ્યાથી તેના સરખી હિંસકવૃત્તિ થયા વિના કદી રહેતી નથી. જેવા સહવાસ તેવી રીતલાત થાયછે.

ધરમાં મોટાં છોકરાં નાલાયક નીવડ્યો હોય તો તેની થોડીધણી અસર નાના છોકરાપર થયા વિના લાગ્યેજ રહેછે.

આળસુની સોબત કરશે તે આળસુ થશે, અને મલીન મનવાળાની સોબત કરશે તે મલીનતા ધારણ કરશે.

એક ટોપલામાં સારી ફેરીઓ ભરેલી હોય તેના બેગી એક પણ સડેલી ફેરીને જે મૂકવામાં આવશે તો તે બગડી ગયેલી ફેરી સારી ફેરીઓના સહવાસથી કદી પણ સારી ફેરી થઈ શકશે નહીં, પણ ઉલટી તે પેલી સારી ફેરીઓને પોતાના સહવાસથી ધીમે ધીમે બગાડીને પોતાના સરખી બગડેલી ફેરી મૂકશે. ધોળા રંગનાં વસ્ત્રપર શ્યામ રંગ તુરંત ચડી જશે, પરંતુ એ શ્યામ રંગના વસ્ત્રપર પાછો ધોળો રંગ ચડી શકશે નહીં; તે પ્રમાણે એક પણ ખરાબ સોબતી મળશે તો તે ગમે તેવા સારા બાળકને બગાડ્યા વિના કદી રહેશે નહીં. ખરાબ કામની કાંઈ કેળવણી આપવી પડતી નથી. નહારા માણસના સંગની અસર જેવી અને જેટલી ઝડપથી થાયછે તેવી અને તેટલી ત્વરાથી સારા સોબતીના સારા ગુણની અસર થઈ શકતી નથી એ સદા સ્મરણમાં રાખવા સરખું છે. નહારાં છોકરાં સાથે રખડવાથી ઘણાં સારાં છોકરાં ખરાબખસ્ત થઈ જાયછે, માટે તેવાં ખરાબ છોકરાંથી પોતાનાં બાળકને દૂર રાખવાની બનતી તજવીજ રાખવી જોઈએ. માબાપ જે એ બાબતમાં વખતસર જોઈતી કાળજી રાખશે તો પાછળથી

તેમને પશ્ચાતાપ કરવાનો પ્રસંગ મળવાનો સંભવ નથી, પણ જો જાણતાં છતાં દુર્લક્ષ કરશે તો તેઓ જેટલું દુર્લક્ષ કરશે તેટલુંજ તેનું બૂરું પરિણામ સોસવાનો તેમને પ્રસંગ મળશે.

કુસંગ એ ચેપી રોગ જેવો છે. ગમે તેવા સારા છોકરા પણ જો કુસંગતે ચડી જાયછે તો તેઓ આખરે એટલા તો બૂઠા, જુગટીઆ, ચોરટા, ઠગ, હઠીલા અથવા નાફરમાન થઈ જાયછે કે તેની કાંઈ હદ નહીં. તેઓ જહેકી જવાથી પછી માઆપના સામું બોલેછે, તેમનું અપમાન કરેછે, કરજ કરતાં શીખેછે, હોટેલોમાં જઈ ચા, કાફી અને બીસ્કીટ વગેરે ખાઈ પીને મોજમજા કરેછે, નાટકચેટકમાં લમ્યા કરેછે, અને દિવસે દિવસે બીજા અનેક દુર્ગુણમાં ફસાઈ પડેછે, ત્યારે જોનારાઓને ધણુંજ આશ્ચર્ય સરખું લાગેછે, અને તેઓ બોલેછે કે આનાં માઆપ તો ધણુંજ ભલાં ને ઉચ્ચ નીતિરીતિવાળાં છે છતાં તેમનાં સંતાન આવાં ઉઠી ગયેલ પાનીયાનાં ને અધમ તે શી રીતે નીવડ્યાં હશે ?

“ આપ તેવા બેટા. ” અને “ માઆપ તેવાં છોકરાં. ” એ કહેવત કુસોબતને પરિણામે કેટલીએક વખત તદ્દન ખોટી પડેલી જોવામાં આવે છે. ચાવડા વંશના રાજા ચોગ્યરાજે પોતાના દીકરાને ઠપકો આપ્યો હતો કે તમે ચાંચીયાપણું કરીને મારી આખર ધૂળ મેળવી. પ્રખ્યાત અકબર બાદશાહ દારૂ પીતો નહોતો પરંતુ તેનો શાહજહાં સલીમ દારૂનો દુર્ચસ્તી થઈ પડ્યો હતો તે કાંઈ નહીં પણ માત્ર કુસોબતનુંજ પરિણામ હતું. રાજાના પાસવાન જો હલકા હોય તો તેનું રાજ્ય સંતોષકારક ચાલતું નથી, તેમ બાળક પણ બાળારાજ કહેવાયછે, તેના ગોઠીયા પણ સારી ચાલચલણવાળા હોવા જોઈએ. સોબતના સરખી પ્રબળ અસર બીજા એકેની ઉપજી શકતી નથી. સત્સંગ એ સદાચારનું મૂળ છે, તેથી સત્સંગ મળવો એ મોટામાં મોટો ધર્મશ્રી આશીર્વાદ ગણાયછે.

બાળકપર માઆપની અસર, મિત્રોની અસર, મહેતાજીની અસર તેમજ આસપાસના વાતાવરણની અસર થયા કરેછે. એક સોબતી સારી હોય અને બીજી સોબતી નહારે હોય તો તે નહારે પોતાનો લાવ લજબ્યા વિના રહેતો નથી. ગોડીયા ગમાર ન હોય અને ચાકરનકર વગેરે આસપાસનાં બીજાં માણસો ખરાબ હોય તો બાળકની સુધારણાનો હેતુ સંપૂર્ણ રીતે પાર પડતો નથી. માઆપ પોતે પોતાનો સારો દાખલો આપે એટલે પતી ગયું એમ સમજવાતું નથી. જેવાં માઆપ તેવાંજ તેમનાં સઘળાં સંતાન, અને જેવા ગુરૂ તેવાજ તેમના તમામ શિષ્ય થતા નથી. બાળકોતું સુધરવું કે બગડવું તથા તેમાં સારી માડી ટેવ દાખલ થવી તે અમૂક દરજ્જે તેમના સોબતીઓને પણ આભારી હોયછે. છકેલ છોકરા કે છોકરીની સોબતના છાંટા ઉડ્યા વિના રહેતા નથી, માટે પોતાનાં બાળક કુસંગમાં કે કુછંદમાં ન પડે તે માટે તેઓ કોની સોબતમાં હરેકરેછે તે વિષેની માઆપે તકેદારી રાખવી જોઈએ કેમકે તેઓ જે કુછંદમાં પડશે અને તેનાં મૂળ ઉડાં જશે તો પછી તેમને નિર્મૂળ કરવાં એ ભારે મુશ્કેલ કે અશક્ય થઈ પડશે.

કેટલીક વાર એમ પણ બનતું જેવામાં આવેછે કે બાપ પોતાના ધંધામાં એવી રીતે ગુંથાયો હોયછે, અથવા વર્ષો થયાં ચાલુ બીમારી ભોગવતો હોયછે કે જેથી એવી સ્થિતિમાં, તેને પોતાના સંતાન કેવી સોબતમાં ફરેછે તેની વખતોવખત જોઈતી તપાસ કરવાનો અવકાશ મળતો નથી તેમજ કોઈ માતા પણ પોતાની નબળી શારીરિક સ્થિતિ તથા બીજા એવા પ્રતિકુળ સંજોગને લઈને તે એ વિષેની જોઈએ તેવી ખબર રાખી શકતી નથી; એવી તકનો લાભ, વાસ્તવિક જોઈએ તો કુલાલ કુસોબતમાં પડેલાં તેમનાં બાળકો લેછે, ને પોતાના નીચ દોસ્તના પ્રસંગમાં સાત દિવસ રહ્યાથી તેઓ વધારે ને વધારે બદમાશ થતાં જાયછે, માઆપની આ-બરને બંદો લગાડેછે, તથા તેમને નામોસી અને સરમીંદગીમાં લાવી મૂકેછે,

અને પરિણામે તેઓ પોતે પણ મહા દુઃખના ભોક્તા થઈ પડે છે. આમ બને છે ત્યારે માખાપના શોક અને પશ્ચાતાપનો પાર રહેતો નથી ત્યારે એવે પ્રસંગે ભાવિ કિંવા નસીબ એમ કહીને મનનું નધુટકે સમાધાન કરવાનો યત્ન કરવામાં આવે છે. પછી બીજું શું થઈ શકે ?

સમાન શોખ અને સમાન પ્રકૃતિવાળા હોય તેમને અરસ્પરસ સારો સંબંધ સ્વાભાવિક રીતે થઈ શકે છે. જે જેવું તેને તેવા સાથે હમેશ ગમે છે, તેમજ તેવાજ સાથે તેમને મળતો મેળ આવે છે. સદ્ગુણીને સદ્ગુણી સાથે અને દુર્ગુણીને દુર્ગુણી સાથે રહેવું એ સાર લાગે છે. જુગારીને જુગારીની સાથે, સાચાને સાચાની સાથે, જૂઠાને જૂઠાની સાથે, દાતારને દાતારની સાથે, અને કંજુસને કંજુસની સાથે હમેશ સ્વસ્થ સમયમાં સ્નેહ બધાય છે; એ રીતે સદ્ગુણીની સંગતથી સદ્ગુણ અને દુર્ગુણીની સોખતથી દુર્ગુણ સદૈવ વૃદ્ધિ પામતા જાય છે. જે જેવા હોય તેને તેવા સોખતી અનાયાસે મળી આવે છે તથા તેઓ એકરૂપ થઈ જાય છે. જે જેવી જાતનું પક્ષી હોય તે તેવી જાતના પક્ષીઓ સાથેજ ઉડે છે. કાગડા, પોપટ સાથે ઉડવા જતા નથી તેમ પોપટ, કાગડા સાથે ઉડવા જતા નથી, અર્થાત્ સજાતીયતા સહવાસમાં રહેવાનું સૌને સ્વભાવથીજ ગમે છે. ઉઘોગીઓ ઉઘોગીની સોખત શોધે છે, અને આળસુઓ આળસુની સોખતને ઇચ્છે છે. જેઓ ખરેખરા સુસ્ત હોય છે તેમને ભણવામાં ખંત રાખનાર છોકરાની વાતચીત તથા ચાલચલગત તરફ કંટાળો ઉપજે છે. જેઓ સારી રીતે પોતાનો વિદ્યાભ્યાસ કરતા હોય તે એવા આળસુ છોકરાને પસંદ પડતું થતું નથી તેથી તે તેમની હાંસી કરે છે. જે બાળકે મહેનતુ અને સંદર્ભનશાળી નિશાળીઆ સાથે તથા પોતાથી વધારે સારા હોય તેમની સાથે મિત્રતા કરેલ હોય તે પોતે તેવા ગુણવાળો કે તેવા સુખને અંતઃકરણથી ચાહવાવાળો હોવો જોઈએ. એક માણસની ચાલચલણ,

મુલ્ય ને શોખ જેવા છે તે તેના દોસ્તની વર્તણૂક ઉપરથી પણ સહજ જાણી શકાય છે. ઇંગ્લેન્ડમાં એને મળતી એક કહેવત છે કે “A man is known by the company he keeps.” માણસની પરીક્ષા તેના સોમતીઓના વર્તન ઉપરથી પણ થાય છે.

## વાતાવરણ.

કુમળા મગજમાં આસપાસના વાતાવરણની અસર વધારે થાય છે, તેથી જેવા વાતાવરણનું બાળકો સેવન કરે તેવું તેને ફળ પ્રાપ્ત થયા વિના રહેતું નથી, માટે બાળકોને જેવા બનાવવાની અભિલાષા હોય તેવા વાતાવરણમાં, તેમજ તેવી સોમતમાં તેમને રાખવાની કાળજી રાખવી જોઈએ, તથા સારાં પુસ્તકો તેમને વાંચવા આપવાં જોઈએ, તેમજ તેમની સાનિધ્ય તેવી બાબતના વિચાર કરવા જોઈએ.

મહાન મનુષ્યોનાં મહાન કૃત્યોનું આનંદ સ્મરણ ને મનન કરતાં આસપાસનું વાતાવરણ પવિત્ર થાય છે અને એથી વિરૂદ્ધ દુર્ગુણો ને દુષ્ટ માણસોનાં દુર્ગુણો અને દુષ્ટ કર્મો વિષે વખતોવખત વિચાર કર્યા કરવાથી આસપાસના વાતાવરણમાં તેની અનિષ્ટ અસર ઉત્પન્ન થયા વિના રહેતી નથી.

વિશુદ્ધ વાતાવરણમાં ઉછરેલાં બાળકો વિગુણ થાય છે, અને મલીન વાતાવરણમાં ઉછરેલાં બાળકો મલીન થાય છે. જેવા વાતાવરણના સંયોગમાં બાળકો બહુ વખત સુધી આવ્યા કરે તેવાં તે થયા વગર ભાગ્યેજ રહે છે. આસપાસનું વાતાવરણ એ અનભવી બાળકનું બલિષ્ઠમાં બલિષ્ઠ ને અસરકારકમાં અસરકારક શિક્ષણનું સાહિત્ય છે. આ પ્રમાણે હોવાથી તેઓ જે વાતાવરણમાં રાત દિવસ રહે તે વાતાવરણ તદ્દન શુદ્ધ ને સંસ્કૃત હોવું જોઈએ. કાંઈ પણ પ્રકારની

અનુષ્ઠાનો તેમાં અંશ પણ હોવો જોઈએ નહીં. ગમે તેવી માતથી, તાતથી, પુસ્તકથી, પાનાંથી, લાઇથી, લાંબુથી, દોસ્તથી, પાડપડોશીથી, ખીજાં સમાંસ્નેહીથી, નિશાળના શિક્ષકથી કે ઇતર કોઈ મનુષ્યથી અસર થયેલી ન હોય તેવી અસૌકિક ને અદ્ભૂત અસર આસપાસના વિશુદ્ધ વાતાવરણમાં દીર્ઘકાળ પર્યંત અવિચ્છિન્નપણે રહેવાથી ધણી વખત થઈ આવેલી દ્રષ્ટિગમ્ય થાય છે.

બાળક ભવિષ્યમાં ફૂળને અજવાળણુ નીપજે કે ફૂળને નામોશીમાં લાવનાર અંગારીઆ રૂપ થાય તેનો મુખ્યત્વે આધાર તેના આસપાસના વાતાવરણ ઉપર અવલંબી રહેલો છે. એ પ્રમાણે હોવાથી બાળકને પ્રેમની, પવિત્રતાની, વિવેકની, દયાની, શાન્તિની, શુદ્ધ આચાર વિચારની, ઉચ્ચ પ્રકારના મનોબળની તેમજ ધર્મ ને નીતિની હવામાં તે જેમ બને તેમ વધારે વખત વ્યતિત કરે તેમ કરવું જોઈએ. શુદ્ધિનો વિકાસ થાય, હૃદયબળની ખીલવટ થાય એવા વાતાવરણમાં તેમને રાખવાં જોઈએ. બાલ્યાવસ્થામાં તેમની વૃત્તિ અને આચરણ ઉપર એવા સંસ્કારોની જે અસર થશે, તેમના હૃદયપટ ઉપર જે રંગ લાગશે તથા તેમની નીતિ, રીતિ ને રીતમાત આદિના સ્થૂળનું બધારણુ થશે તે દીર્ઘ કાળ પર્યંત ટકવાનો ધણો સંભવ છે. નાનાં બાળકો અનુકરણ કરવામાં જેવાં એકાં છે તેવાં મોટી વયનાં માણસો કદી પણ હોઈ શકતાં નથી. એવી હકિકતમાં સંબંધમાં આવનારની કાંઈ પણ સારી કે માઠી અસર બાળકોને સ્વાભાવિક રીતે થયા વગર કદી રહેતી નથી.

ઉપર સૂચવ્યા પ્રમાણેના ઉચ્ચ પ્રકારનાં વાતાવરણમાં બાળકોને રાખવાનો દરેક પ્રયત્ન કરવો એ પરિણામે હિતકારક થઈ પડ્યા વગર રહેશે નહીં.

## ૨૬૩ું અને રીસાવું.

છેક નાની વયના અવાચક બચ્ચાં પોતાને જૂખ લાગ્યાથી કે કોઈ પલ્લુ પ્રકારે તેમનાં શરીરને અડચણ થયાથી રડેછે તેનાં કેટલાંક કારણુ આ પુસ્તકમાં પૃષ્ઠ ૨૯ મે આપવામાં આવેલછે. આ નીચે જે કાંઈ કહેવામાં આવેલછે, તે મોટી વયનાં બાળક સંબધે છે.

આશરે બારતેર વર્ષની વયનો એક છોકરો વનમાં કંઈ કારણુસર એક ઝાડ ઉપર ચડેલો ત્યાંથી તે અકસ્માત રીતે નીચે પડી ગયાથી તેના શરીરને થોડીઘણી ઇજા થઈ; પછી થોડીવારે તેને કળ ઉતરી એટલે તે ધીમેધીમે પોતાના ઘરભેજો થઈ ગયો, અને પોતાની મા પાસે જઈને બહુજ રડવા લાગ્યો, એટલે માએ ગભરાઈને તેને રડવાનું કારણુ પૂછ્યું ત્યારે થોડીવારે ડસકાં ખાતાં ખાતાં તેણે જવાબ આપ્યો કે ફલાણે ઠેકાણે હું ઝાડપર ચડ્યો હતો, ત્યાંથી પડી ગયો તેથી મને બહુજ વાચું છે. માએ કહ્યું કે જંગલમાં તું જે વખતે પડી ગયો હોઈશ તે વખતે તો તું આથી પલ્લુ બહુજ રડ્યો હોઈશ. છોકરે કહ્યું કે ના, મા, ત્યાં તો હું જરાએ રાયો નહોતો, અને કદાપિ ત્યાં ગમે તેટલો હું રડ્યો હોત તોપણ મારું રડવું સાંભળે તેવું મનુષ્યનું જણ્યું તે ઠેકાણે કોઈ પલ્લુ હાજર નહોતું તો ત્યાં રડવાનું ફળ શું ? અને ત્યાં બહુ રડવું આવે પલ્લુ શી રીતે ?

ઉપરની વાત કલ્પિત છે પણ અસંભવિત નથી. બાળકોને કાંઈ ઇજા થાયછે તે પ્રસંગે તેને મોટે લાગણી ને દયા બતાવનાર માબાપ વગેરે હાજર હોય તો તેને રડવું આવ્યા વિના કલ્પિતજ રહેછે. “રોતી હતી અને પીણીમાં આવ્યા” સરખું આવે !



છોકરાં જ્યારે પડે આખડે ત્યારે ભવિષ્યમાં કેમ સાવચેત રહેવું તે વિષેના પાઠ પોતાની જાતના અનુભવથી તે શીખેછે. આવે પ્રસંગે તેને માટે બહુ દિલસોજી કે દયા બતાવવાની, તેમજ ક્યાં વાગ્યું અને કેવું વાગ્યું એવું એવું તેને પૂછીને દોડદોડી કરી મૂકવાની જરૂર નથી, તેમ તે કેમ સાવચેતી ન રાખી એમ કહીને તેને “હાઝથા ઉપર હાથ” દેવાની પેઠે કરવાની પણ આવશ્યકતા નથી, કેમકે એ પ્રમાણેના એક પણ પ્રકારથી તે વધારે રડી પડશે તથા તેનો રાગડો ઝાઝી વાર સુધી ચાલ્યા કરશે, તેથી એવે પ્રસંગે તેના વાલી એ બાબત જાણે કાંઈ જાણતાંજ નથી એમ વર્તશે તો તે બાળક પાછું થાડી વારમાં પોતાને કામે લાગી જશે અને પરિણામે રોતીસુરત જેવું થશે નહીં.

છોકરાં પડી જાય તે વખતે તેની અને તેની માતાની એક નજર થઈ જાય તો તેણીએ તેને કહેવું કે સાબાશ ! તેં હીક ભુરકો માર્યો ! ફિકર નહીં. ચાલ ઉઠ ને ફરીથી કુદકો માર. આમ સાંભળવાથી બચ્ચાને હિંમત આવશે તથા તે પોતાનું દુઃખ સહન કરવાનું શીખશે.

કેટલાંક માઆપ અને તેમાં પણ ખાસ કરીને માતા બહુ નબળા મનની હોયછે. કાંઈપણ કારણથી છોકરું હડીલાઈ કરતું હોય અથવા રડતું હોય, મોંનો તોબરો ચડાવીને એકું હોય તો તે સહન કરી શકતી નથી, પણ અકળાઈ તથા કંટાળી જઈને એવા હડીલા ને રડતા બાળકના મનનું તેને ગમે તે રીતે સમાધાન કરી આપેછે.

દાખલા તરીકે એક છોકરે પોતાની મા પાસે કાંઈ ચીજની માગણી કરી તે આપવાની માએ ના પાડી, ત્યારે એ છોકરે તે ચીજ બીજી વખત ઉંચે સાદે માગી; બીજી વખત પણ તેને ના પાડવામાં આવી ત્યારે ત્રીજી વખત જરા વધારે જોરથી તેણે તેની માગણી કરી તોપણ માએ તે આપવાનું કબૂલ કર્યું નહીં એટલે પછી એથી વખત ખૂબ જોરથી

લાલચોળ થઇ જઇને તે આપવાની એણે હા કરી તથા કહ્યું કે તે ચીજ તારે મને બસ આપવીજ પડશે. “લે ત્યારે લેઇ જા પીટયા, તારા જેવા અનાડી છોકરા મેં બીજને એકે જેયો નથી.” એમ કહી માએ તે ચીજ તેને આપી દીધી ! થઇ ચૂક્યું, રંધાઇ રહ્યું. આખરે તે જકડી છોકરાની ફતેહ થઇ; તેનું મનધાયું થયું. મા અથવા આપના મનની એવી નબળી સ્થિતિ બાળકો સારી રીતે જાણી જાય છે એટલે ખૂબ હા કરવાથી, કળ્લઓ કરવાથી, રડવાથી, ભેંકડો તાણવાથી, ભોંપપર લોટી પડ્યાથી, બૂમ બરાડા પાડીને ધાંધલ મચાવવાથી અથવા તોફાન કરીને માઆપને ખૂબ પજવ્યાથી પોતાને જોઇતી ચીજ તેમની પાસેથી મળ્યા વગર રહેશે નહીં એવી તેમને પ્રતીતિ થવાથી પોતાને જ્યારે કંઇ વસ્તુ જોઇતી હોય ત્યારે તે એ માટે હા કરે છે અને તેમ કર્યાથી જો તરત તે વસ્તુ તેને ન મળે તો પછી ખૂબ જોરથી તે રડવા માંડે છે, તથા તે મળે નહીં ત્યાંસુધી રૂદન ચાલુ રાખે છે. બાળક જે ચીજ માગતું હોય તે તેને કદાપિ આપવા સરખી ન હોય, તેને આપ્યાથી નુકસાન થાય તેવું હોય તોપણ તેને રીતો મટાડવા અને તેનાં આંસુ બચાવવા સાર તેમજ તેની વૃત્તિને સંતોષવા માટે માઆપો તે ચીજ આખરે તેને આપ્યા વગર રહેતાં નથી; એને પરિણામે “દેતા હો કે રો પડું” એ કહેવત સરખું બાળકો વખતોવખત કર્યા કરે છે અને માગેલી ચીજ પોતાને પ્રાપ્ત થાય ત્યારેજ તેઓ જાણે છે ! ઇચ્છુપત્યુ મનવાળાં માઆપો એ પ્રમાણે બાળકની નહારી ટેવને નહીં જોઇતું ઉત્તેજન આપીને તેને દ્રવીભૂત કરે છે પરંતુ આખરે તેનું અનિષ્ટ પરિણામ આવે છે.

બાળકો હરકોઇ ચીજ માટે હા કર્યા કરે, રડે, અગર રીસાઇ એસે ત્યારે માઆપે તેથી કામર થવું જોઇતું નથી, પરંતુ તે બાળકોના હિતની ખાતર તેમજ પોતાના પણ્ય હિતની ખાતર પોતાનાં મન ઉપર થતો કાણુ રાખવાની જરૂર છે. બચ્ચાં હડીલાં થઇને રડવાં માંડે તો

તે છો રહે એમ મનથી મક્કમ રહી તેણે માગેલી ચીજ ખીલકુલ આપવી નહીં તથા તે બાળકની હઠની માબાપે લેશ પણ દરકાર કરવી નહીં. જ્યારે તે હઠ કરીને માગે ત્યારે તો તેને તે ચીજ આપવીજ નહીં, અને જરા વિચાર કરી જોવો કે એ રડશે તે ક્યાં સુધી ? પોતાના રડવાપર કોઈ લક્ષ આપતું નથી, પોતાને કોઈ દાદ દેતું નથી, તેમ પોતાનો કોઈ ભાવ પૂછતું નથી એમ સમજીને થોડી વારે તે બચ્ચું એની મેળે દડું પડીને પાછું ડોકાણે આવી જશે ને રડવું બંધ પડશે ! કહેવત છે કે " મૂકીએ ખસતું તો આવે હસતું. "

કેટલાંએક બચ્ચાંએને જ્યારે ત્યારે રીસાવાની ટેવ પડી ગઈ હોય છે. તેઓ ન્હાતાં રીસાય, જમતાં રીસાય, કપડાં પહેરતાં રીસાય, પોતાને કાંઈ ઉણું પડે તો રીસાય, ખીજીને કાંઈ આપવામાં આવે તો રીસાય અથવા કાંઈ કહેતાં કહાવતાં રીસાય; એમ વખતોવખત તેઓ રીસાયા કરે છે. આ પ્રમાણે તે રીસાય ત્યારે મનગમતી ચીજ આપીને અગર કાલાવાલા કરીને તેને મનાવવાની તજવીજ કરવાની અથવા તો તેને મારવાકૂટવાની જરૂર નથી. તે રીસાઈને કદાપિ ભૂખ્યું સૂઈ જાય તો તેને ફાસલાવીને ઉઠાડવાની ને જમાડવાની પણ આવશ્યકતા નથી. તેને રીસાયેલું અને ભૂખ્યુંજ પડી રહેવા દેવું તથા પોતાની રીસ તો પોતાનેજ પૂણે છે એવી તેને ખાતરી થવા દેવી. ભૂખ લાગશે એટલે તે એની મેળેજ પાછું ડાહુંડમરું થઈને જમી લેશે ! આ પ્રમાણે કેટલીક વારં થયાથી પછી ભવિષ્યમાં રીસાવાતું ને ભૂખ્યા રહેવાતું તે આપોઆપ ભૂલી જશે !

## ખીન્નજી સ્વભાવનાં બચ્ચાં.

કેટલાંક બાળકો સહજ વાંક પડે તો ખીન્નજી જાય, અને જરા જરામાં ઉશ્કેરાઈ જાય તેવી પ્રકૃતિનાં હોયછે. કેટલાંક એવાં અવળચડાં હોયછે કે સમજાવ્યા છતાં પણ સમજતાં નથી ને કળ્લઓ કર્યા કરે છે. એવાં બચ્ચાંને જાણી જોઈને ચીડવીને કે પળવીને કેટલાંક અણુસમજી માણસો ગમત મેળવેછે, તે રીત ઘણી નાપસંદ કરવા સરખી છે.

એવા બાળકને કોઈએ ચીડવવું ન જોઈએ, તેમ માળાગે કોઈ ભરાઈને ન સહન થાય તેવો દાખો કે ગાળો દેવી અથવા મારવું પણ ન જોઈએ. એવી સ્થિતિમાં તેને મારવું એ ઘણું ખરાબ છે. તેના પિત્તો વધારે ન ઉછળે તે માટે તેને ન છેડતાં ધીરજ રાખી તે તરફ દુર્લક્ષ કરવું. આંખ આડ કાન કરવા, પણ તું અત્યારે બહુ ગુસ્સામાં છે, અથવા તારું મોઢું ચડ્યું છે, એમ તેને કદી કહેવું ન જોઈએ. એવું બાળક જ્યારે ઠંડું પડે, શાંત થાય ત્યારે તેની જૂઠ્ઠા સુધારવા સરખું હોય તો મક્કમ હરાવથી તેમ કરાવવું. એના ચીડીયા સ્વભાવને ઉત્તેજન આપવું નહીં, પરંતુ યુક્તિપ્રયુક્તિથી સમય પ્રમાણે કામ લેવું.

કેટલીક વખત પૂરતી ઉંઘને અભાવે, ખોરાકનો અપચો રહેવાથી, શરીરને કાંઈ ઇંજ થઈ પડ્યાથી અથવા બીમાર પડી જવાથી બાળકોમાં સ્વાભાવિક રીતે ચીડીયાપણું ઉત્પન્ન થાયછે, માટે એવે વખતે માળાગે તેમના પર ગુસ્સે ન થતાં તેના કારણનો તપાસ કરી તે દાળવાનો યોગ્ય ઇલાજ કરવો જોઈએ.

આકરા સ્વભાવનાં બાળકો દુનિયાંદારીમાં જેમજેમ આગળ પડતાં જાયછે તેમતેમ ધીરજ પકડતાં જઈ ધીમેધીમે સુધરતાં જાયછે. તેઓ ઠાકર લાગ્યાથી જેટલાં સુધરેછે તેટલાં માત્ર ઉપદેશથી સુધરતાં નથી.

## અદેખાધ.

ધણાં બચ્ચાંઓ કેટલીકવાર બહુ સ્વાર્થ દષ્ટિવાળાં કે તદ્દન એકલ-  
પેટાં સરખાં જોવામાં આવેછે. તેઓ માળાપને લાંબા અથવા ઇસારતથી  
સૂચવેછે કે અમુક ફળ કે મીઠાઈ વગેરે સારી ને મનગમતી ચીજ  
પોતાને એકલાને આપો, અને તેમાંથી પોતાના લાઇ કે બેનને કાંઇપણ  
આપો નહીં; અથવા જો તેમને લાગ આપવોજ હોય તો પોતાના કરતાં  
નાનો લાગ આપો ! ફેરી, ફળાં વગેરે ફળ હોય તો તેમાંથી મોટા  
કદનું પોતાને આપો અને નાના કદનું હોય તે પોતાના લાંબુને આપો !  
એવાં એકલપેટાં બચ્ચાંઓ જમતી વખત જો લાગ મળે તો મનલાવતી ચીજ  
પોતે એકલાં ઉપાડી જાયછે, તથા બીજાને કાંઇ દેતાં નથી, અને બીજાને  
જો કાંઇ આપેલ હોય તો તે વખતે ઝૂંટી પણ લેછે ! વળી તેમને  
રમકડાં આપેલાં હોય તે રમકડાંથી બીજાને રમવા દેતાં નથી. તેઓ  
“મારું મારા બાપનું અને તારું મારું સૈયારું” એવા સ્વાર્થ  
લપટ થઇ ગયેલ જોવામાં આવેછે. બીજાને કદાપિ કાંઇ ઇનામ મળે તો  
તેઓ સાંજી શકતાં નથી નથા તેની ઇર્ષ્યા કરેછે.

બાળકના એવા દુર્ગુણને ઉત્તરું ઉત્તેજન મળે તેવું વર્તન કેટલાંક  
અણુસમજી માળાપો તરફથી કરવામાં આવતું જોવા જાણવામાં આવેછે  
તે આ પ્રમાણે:—

તેઓ કોઇવાર પોતાના દીકરાને કહેછે કે ચાલ, તું બહુ દુધ  
પી જા, નહીંતર પ્રેમબાઇ તે પી જશે. અદેખાઇનો આરંભ થયો ! આ  
સુંદર જખલું તું ઝટ પહેરી લે, અને તારી બેનને તો હું જૂડું જૂખ  
જેવું જખલું પહેરાવીશ. પક્ષપાતનો પ્રારંભ થયો ! ચાલતાં ચાલતાં આ  
પથર તને વાગ્યો માટે તું તેને લાકડી વતી ખૂબ માર. વેર લેવાની વૃત્તિને  
ઉત્તેજન મળ્યું ! તારું રમકડું તું સંતાડી દે, નહીંતર લક્ષ્મીબેન તે લઇ જશે.

ઉતરપીડી ને કપટનો અંકુર ઉપજ્યો ! તને હમણા મીઠાઈ આપી હતી એ વિષે જો કમળાબેન તને કાંઈ પૂછે તો ચોખ્ખી ના પાડજે કે માએ મને કાંઈપણ મીઠાઈ આપેલી નથી. જૂઠાણાનો જન્મ થયો !

અદેખાઈ એ મનનો વિકાર છે તેને માખાપે ઉત્તેજન આપવું જોઈતું નથી, પણ સમાનભાવથી વર્તવાનું બાળકને વખતોવખત સૂચવવું જોઈએ, કેમકે અદેખાઈથી બાળકને માનસિક તથા નૈતિક નુકસાન થાય છે. અદેખાં માણસ પોતેજ પોતાના મનને પરિતાપ પમાડે છે. જો ઇર્ષ્યાને ઉત્તેજન મળે તો ઉદાર બુદ્ધિનો અભાવ રહે એ દેખીતું છે.

હરીશ્ચંદ્ર ધણીવાર અદેખાઈતું રૂપ ધારણ કરેછે ત્યારે તે એક દુષણરૂપ થઈ પડે છે.

## શરમાળપણું.

ધણુંખરાં બાળકો થોડાં ધણાં શરમાળ હોય છે. વિવેકની ખાતર શરમ અને ફોકટની બીક વગેરેને લીધે શરમ એમાં ધણો તફાવત છે. છોકરા કરતાં છોકરીઓ સામાન્ય રીતે જોતાં વધારે શરમાળ હોય છે, ત્યારે કેટલાક છોકરા શરમાળપણામાં છોડીઓને એ ધડી કોરે એસાડે તેવા પણ હોય છે ! કેટલાંક બાળકો કાંઈ કામ કરતાં હોય તેમની સામે કોઈ જુએ તો તે પોતાનું એ કામ કરવાનું શરમથી મૂકી દે છે ! ઘરમાં કાંઈ અજાણ્યું માણસ આવે તો તે ઘરના ખૂણામાં કે માની સોડમાં ભરાઈ જાય છે અને તે અજાણ્યા માણસ તરફ આડી નજરે પણ જોતાં નથી. માખાપ તેમને ધણુંએ સમજાવે કે ધમકાવે તોપણ તેમને કાંઈ પૂછવામાં આવે તેનો જવાબ શરમાળપણાને લીધે અજાણ્યા માણસની હાજરીમાં

તેઓ આપી શકતાં નથી, અને કદાચિત્ આપે તો ભાંગ્યોતુટ્યો જવાબ આપેછે. તેઓ નાહક શરમાયછે અને ગભરાયછે. એવાં બાળકોને કોઈ અજાણ્યાને ત્યાં કોઈ કામસર જવાનું કહેવામાં આવે તો તે ત્યાં શરમના માર્યા બીલકુલ જતાં નથી ને કદાપિ માઆપની બીકના માર્યા જાયછે તો “હીરો ઘોઘે જઈ આવ્યો” એના સરખું કરી આવેછે. તેવાં બાળકને કોઈ પોતાને ત્યાં જમવા તેડી જાય તો ત્યાં તેઓ શરમને લીધે પૂરતું જમતાં પણ નથી!

એવાં શરમાળ બાળકો દુનિયામાં આગળ પડી શકતાં નથી. મોટાં ને અનુભવી માણસો સાથે વાતચીત કરવાથી ગ્રહણ કરવા સરખું જૂદા જૂદા પ્રકારનું જ્ઞાન મળે, પણ શરમાળપણાને લીધે તેઓ એવા કાલથી બેનસીબ રહેછે.

માઆપને બાળકનું એવું શરમાળપણું બીલકુલ ગમતું નહીં હોવાથી તેઓ તેમની ડિપર ચીડાયછે, ગુસ્સે થાયછે અને તેઓ બાણીત્તેઈને હડીકાઈ કરેછે એમ ધારવામાં જૂલ કરેછે.

માઆપોએ બાળકોની કાગણી બરાબર સમજવી જોઈએ અને તેમને શરમાવાની ટેવ પડેલી હોય તે ધીમેધીમે યુક્તિ પ્રયુક્તિથી મૂકાવવી જોઈએ.



## હસમુખો ને આનંદી સ્વભાવ.

જીંદગીની પ્રત્યેક સ્થિતિમાં સુખ મેળવવાનાં તેમજ સંતોષમાં રહેવાનાં અનેક સાધનો અને ઉપાયો છે તેમાં હસમુખો ને આનંદી સ્વભાવ અગત્યનો દરજ્જો ધરાવે છે. એવા સ્વભાવની સાથે કનક અને કીર્તિનો પણ મુકાબલો થઈ શકતો નથી. સુખનાં બીજાં સાધનો કોઈ કોઈ વાર અલુધાર્યાં અને ઓચિંતાં અદૃશ્ય થઈ જાય છે પણ સારા સ્વભાવનું સુખ અને આનંદ કદી પણ ગુમ થઈ ન જતાં કાયમજ રહે છે. આ સૃષ્ટિમાં કેટલાક પ્રકારનાં સુખ પુષ્કળ પૈસા ખરચવાથી પ્રાપ્ત થતાં નથી પણ તે ખુશમિત્તજથી મળી શકે છે. ઉદાસ અને બેચેન લક્ષાધિપતિ કરતાં આનંદી બીખારી પોતાના મનથી વધારે સુખી હોય છે. હસમુખા થવામાં તેમજ બીજાં પ્રત્યે પ્રેમ દર્શાવવામાં કોઈ પૈસા ખરચવા પડતા નથી.

નાનાં બાળકો કુદરતી રીતેજ હસમુખાં ને આનંદી હોય છે. એક નાનાં બચ્ચાંઓને પણ કેટલીક વાર આપણે હસતાં જોઈએ છીએ. કોઈ માણસ તેના તરફ હસે તેનો જવાબ તે હાસ્યથીજ આપે છે તે જોઈને સ્વાભાવિક રીતેજ જોનારાઓને ઘણો હર્ષ પ્રાપ્ત થાય છે. તેમનાં ખુશમિત્તજ તથા નિ-ખાલસપણુનિ લીધે તેમની સોખત નાનાં મોટાં સર્વે માણસોને ઘણી ગમે છે. આનંદના સરખું આ સૃષ્ટિમાં બીજું એક પણ ઉત્તમ સુખ નથી.

આનંદી સ્વભાવનાં માણસો સંતોષી ને સહનશીલ, માયાળુ ને મીલનસાર તથા પ્રેમી ને પરગજુ હોય છે. તેઓ ઉજવળ બાળુ તરફ ખાસ લક્ષ આપે છે તથા દુઃખ ને આક્રાંતની ચિંતા કર્યા કરતાં નથી તેથી તેઓ વધારે સુખ અને આનંદ પ્રાપ્ત કરી શકે છે. આનંદી સ્વભાવ વાળાનાં મનથી બધું જગત્ આનંદી છે, તથા તે હરેક દેહાણેથી આનંદ લૂટે છે. લીંબુના પાણીની પેઠે તે જ્યાં ત્યાં મળી જાય છે તેથી સા તેના સહવા-



સમાં રહેવાને ચાહેછે; વળી એવાં ખુશમિજનજી માણસો ખુલ્લાં દિલથી વાત કરતાં હોવાથી સધળાં મંડળમાં એમની હાજરી ધણી આવકારદાયક અર્થ પડેછે.

દુનિયાંની જ'નજો તેમનાં અંતઃકરણને કાયમની અસર કરી શકતી નથી, કેમકે તેઓ પોતાનાં મનને કાણુમાં રાખી તથા મગજની શાંતિનું સમતોલપણું જાળવી રાખી એવી જ'નજોને હસી કાઢતાં હોવાથી દીલ-ગીરીમાં કદી ડૂબી જતાં નથી. પોતાનાં મન ઉપર બરાબર કાણુ રાખવો એ તનદુરસ્તી ઉપર કાણુ રાખવા બરાબર છે.

“હસમુખો સ્વભાવ વૈદ્યની રોજી ખોવરાવેછે” એમ કહેવાયછે. ખરા દિલથી હસવાથી, પેટ પકડીને હસવાથી તનદુરસ્તી ઉપર આડકતરી રીતે ઉમદા અસર થયા વિના રહેતી નથી, તેથી કરીને કેટલીક ખીમારી આવતી અટકેછે. તનદુરસ્તી સાથે ખુશમિજનજને સારો સંબંધ છે, માટે જેમને આનંદી સ્વભાવના થવાની ઇચ્છા હોય તેમણે પોતાની તનદુરસ્તી સારી રાખવા અને સુધારવા માટે પ્રયત્નશીલ થવું ઘટેછે.

ઉદ્યોગથી તનદુરસ્તી સારી રહેછે ને વધેછે માટે ખુશમિજનજ ઇચ્છનારે કામધંધા સદા કરતાં રહેવું જોઈએ અને આજીવનને તિલાંજલી આપવી જોઈએ.

ખુશ મિજનજવાળો પોતે ખુશીમાં રહેછે તથા ખીજને ખુશીમાં રાખેછે; એવા આનંદી સ્વભાવવાળાની સમીપમાં વસનારને આનંદ સહજ પ્રાપ્ત થાયછે, તેથી તેવાઓની સંગત રાખવી એ ફાયદાકારક છે. આનંદી સ્વભાવવાળા પોતાનું કામ વધારે સારી રીતે કરી શકેછે કેમકે તેઓ પોતાનું કામ ખુશીથી કરતાં હોવાથી ખીજનના પ્રમાણમાં તેમને તેમાં થાક જોડો લાગેછે. જેઓને આનંદી સ્વભાવ કાયમ રાખવો હોય તેમણે પોતાનો ધંધો શેઝગાર પોતાના મનથી ગમતો હોય તેવાજ રાખવો જોઈએ.

મિત્રજ બહાલ, ખુશ ને હસમુખો રાખવામાં એથી પણ વિશેષ કાયદા સમાવેશાછે. હસમુખા સ્વભાવથી લોકપ્રિય સહજ થઈ શકાયછે, વળી કશ્ચ-ઓ કંકાસ તેમનાં મન ઉપર વિશેષ કરી શકતાં નથી તેમજ સંકટને વખતે સંજુરી તથા હિંમત રાખી શકાયછે. માઆપ જો પોતાનો મિત્રજ કાયમ રાખી પોતાની પ્રજા સાથે માયા ને મીઠાશથી વર્તે તથા પોતાની મુખાકૃતિ હસતી રાખે તો પોતાનાં સંતાનની પ્રીતિ તેઓ સહજ સંપાદન કરી શકે તેમજ તેમનાં એ બાળકો પણ એવા સ્વભાવને અનુસરીને ભવિષ્યમાં સારા સ્વભાવનાં થાય. આનંદી સ્વભાવ એને કેટલાંક માણસો કુદરતી બક્ષીસ ગણેછે, પરંતુ જેમ મહાવરાથી મનની શક્તિએને અને ગુણોને કેળવી શકાયછે તેમજ સ્વભાવને પણ કેળવી શકાયછે; અર્થાત્ મહાવરા અને કાઢપણથી માણસ વધારે ખુશ મિત્રજ થઈ શકેછે. ઉદાસી માણસ સતત યતનથી પોતાનું ઉદાસીપણું ઓછું કરી શકેછે અથવા તેમાં થોડો ઘણો પણ સુધારો કરી શકેછે.

બચ્ચાં સાથે ઉતાવળીયાં કે ચીડીઆં ન થઈ જતાં શાંત મનથી, માયાગુ ચહેરાથી અને મીઠી વાણીથી વાતચીત કરવી જોઈએ. ક્રોધ સ્વરથી કે ઘાંટા કાઢીને બોલવું નહીં જોઈએ, કેમકે તેથી તેમનાં મનપર માઠી અસર થાયછે. કેટલાંક માઆપ બચ્ચાંના નજીવા વાંક માટે બહુજ આકળા ઉતાવળા થઈ જઈને બુમાબુમ કરી મૂકેજે અને પોતાના મિત્રજનું સમતોલપણું ખોઈ દઈને-ક્રોધથી તપી જઈને લાલચોળ સરખાં થઈ જાયછે; એવાં માઆપના એવા દાખલાથી તે બાળકનો સ્વભાવ સારો હોયછે તે પણ ખરાબ ને ચીડીઓ થઈ જાયછે, એટલે ઘરમાં આનંદની જગો કશ્ચો કંકાસ લેછે. જે માઆપ બાળકના જન્મથી આનંદ પ્રાપ્ત થતાં ગાંડધેલાં સરખાં થઈ જતાં તે હવે ક્રોધથી ગાંડધેલાં સરખાં બની જતાં જેવામાં આવેજે ! એવી માતા કે પિતા પોતાનાં બાળકનાં દોષ દૂર કરવા કાઢતાં તથા તેમની હાડછેડ કરતાં રહેછે તેથી તે બાળકને યોગ્ય રીતે ચાકવાનો તથા તેમના તરફ સહભાવ રાખવાનો ઉમદા ખવાસ ખોઈ જોડેછે, અને ખુશમિત્રજ બોવાયાથી તેની સાથે કેટલીક વાર સારી રીતલાત પણ બોવાઈ જાયછે. ખરાબ સ્વભાવ એ એક

મોટી આફત સમાન છે, જેથી માબાપને ઘટે છે કે બાળકો વગેરે હરેકની સાથે સદા સારા સ્વભાવથી વર્તવાનો યત્ન કરવો. ઘણા ગરમ ભિન્નજવાળાં માણસો આફતો ન હોવાથી તેમને સંકટ સમયે કોઈ કવચિત્તજ સહાયક થાય છે; વળી તેઓ ઘણી સારી તનદુરસ્તી તેમજ દીર્ઘાયુષ લાગ્યેજ ભોગવી શકે છે, બળીએલ અને ક્રોધી સ્વભાવવાળાં માનવી ઉમરે યુવાન હોય તોપણ બુદ્ધિ સરખાં દેખાય છે ત્યારે હસમુખાં માણસો વયે મોટાં હોય છતાં યુવાન સરખાં જણાય છે; કંડા પિતાવાળાં માનવી તનમનથી આરોગ્ય રહે છે તથા તેઓ લાંબા નથા સુખી જીવનનો અનુભવ મેળવી શકે છે.

## ગાયન.

ગાયન, એ આર્યોમાં ગણાતી ૬૪ કળા માહિલી એક કળા છે. કુદરતી બક્ષીસ છે. એ કળા આપણા દેશમાં પૂર્વે બૂધણરૂપ ગણાતી હતી, એ પ્રમાણે હાલમાં યુરોપ અને અમેરિકા વગેરે સુધરેલા મુલકોમાં તે બૂધણરૂપ મનાય છે. ગાયનથી હૃદયની ઉચ્ચ ભાવનાઓ તેમજ મન પ્રકૃત્ત થાય છે, અંતઃકરણની લાગણીઓ સંસ્કારી થાય છે તથા બુદ્ધિ નિર્મળ થાય છે. ગાયન સમાન અન્ય કોઈ ઉત્તમ મોહિની, ઉત્તમ મીઠાશ તેમજ અપૂર્વ આનંદ છેજ નહીં. એના સરખી બીજી કોઈ મોજ તથા લલિત કળા નથી. મનુષ્યની ગમે તેવી સ્થિતિમાં ગાયન તેનો મનહર મિત્ર છે. ગાયન એ નાનાં અને મોટાં, રાય અને રંક, વિદ્વાન અને મૂર્ખ, દુઃખી અને સુખી તેમજ સરાગી અને વિરાગી એ સર્વેને અતિશય આનંદજનક થાય છે. વિદ્વાનો તેને શામવેદનો ઉપવેદ કહે છે તે યથાર્થ છે. સંગીત એ ખરેખર સુધારસ છે. આપું જગત્ એને આધિન છે.

સંગીત એ કુદરત સાથે જોડાતી દેવી વિદ્યા છે. એ વિદ્યામાં માણસનું મન પ્રકૃત્તિત બનાવવાની તેમજ તેને વશીભૂત કરવાની

અન્ય શક્તિ છે. સંગીત, માણસોને હસાવી શકે છે, રડાવી શકે છે તેમજ તે તેમનાં મનને મુગ્ધ પણ કરી શકે છે. સંગીત સાંભળવાથી મગજનો થાક ઉતરે છે; મનની વ્યગ્ર સ્થિતિ, ફિક્કર-થિંતા અને ગમગીની ધણી વાર દૂર થાય છે. દુઃખી અથવા દરદી પોતાનું દુઃખ અથવા દરદી જે ધડી વિસરી જાય છે. શોકગ્રસ્તના શોકનું શમન થાય છે; દુઃકામાં કહીએ તો સંગીત એ કેટલીક વખત એક સર્વોત્તમ દવાની ગરજ સારે છે. વળી સંગીત, મનુષ્યના ગમે તેવા ઉગ્ર ક્રોધને સમાવી શકે છે. ઇઝરાયેલનો રાજા સોલ જ્યારે ઘણો ગુસ્સે થતો ત્યારે તે સારંગી સાંભળતો એટલે તેના ગુસ્સાનો તુરત ઉતાર થતો, તેમજ તેનું મગજ પાછું શાંત થઈ જતું.

### રમરયા.

મૃતક મધુર ઉચરે, જેને અધીરા વશજ હોય,  
તે સાદ શાનો હશે, ખતલાવે મુજ સોય—સારંગી.

ગાયન અને વાજિત્ર સાંભળવાથી જેમ મનુષ્યોનાં તેમજ પશુઓ વગેરેનાં ચિત્ત ધણું રંજીત થાય છે. મેરલીના મધુર શરેદથી નાગ સરખું ભયંકર ગ્રાણી તેના તરફ કેટલુંબધું આકર્ષાય છે તેમ મોહિત થઈ જાય છે તે કાંઈથી અગ્નિયું નથી. તેના મીઠા સ્વરથી તે વાદીને વશ થઈ જાય છે. મૃગ ઉપર પણ વાજિત્ર ઓછી અસર ઉપજાવતું નથી. ગાયન સાંભળવાથી લંગડા માણસને પણ તે સમયે નાચવા અને કૂદવાનું મન થઈ જાય છે !

એક વિદ્વાને કહેલું છે કે—“ ગાયનની અસરથી મજૂરને પોતાની મજૂરીનો થાક ઓછો લાગે છે. ગાયનથી પાપી પસ્તાય છે ને પીગળે છે. ખૂની પોતાની ખંજરને થોભાવે છે. નિંદાખોર પોતાની છલને અટકાવે છે. દુશ્મન અને દોસ્ત તેમજ અમીર અને ફકીર એક દુઝાળામાં ભેળાં થાય છે. માણસોનાં દિલ્લપર ગાયનની મહાન સત્તા છે. નહીં ચાલતો

ચાલે, નહીં દોડતો દોડે, નહીં બોલતો બોલે અને નહીં ગાતો ગાય એવી ગાયનની જાદુઈ અસર છે ! આખી દુનિયાં ગાયન ઉપર શ્રીદા થાય છે !

જેમ હવા એ ફેફસાંનો ખોરાક છે તેમ ગાયન એ ફેફસાંની કસરત છે. ગાયનથી ફેફસાં મજબૂત થાય છે, રાગ સુધરે છે, ઉચ્ચાર શુદ્ધ થાય છે, છાતી ખીલે છે તેમજ તેને લગતાં કોઈ કોઈ દરદ ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ ઓછો રહે છે. રાગ તથા રાગિણીઓને પારખવી એ કાનની ઉત્તમ કેળવણી છે.

સુધરેલા તેમજ વગર સુધરેલા દેશમાં ગાયનનો અભાવ નથી, ગાયન ગાવાનો અને સાંભળવાનો શોખ ઓછા વધતા પ્રમાણમાં સર્વે દેશમાં હોય છે. ધંધરની ઉપાસના તથા આત્માનંદ પ્રાપ્ત કરવામાં તેની અગત્ય ઓછી નથી કેમકે મનુષ્યને ધંધરલકિતમાં એ એકતાર કરી શકે છે. નૃત્યકળામાં પણ સંગીતની બહુ આવશ્યકતા રહેલી છે.

નાના છોકરા તેમજ છોકરીઓને ગાયન એક સરખું ગમે છે. તેમની આગળ જે કાંઈ ગાવામાં આવે છે તેનો અર્થ તેઓ સમજતાં ન હોય તોપણ તે સાંભળવાનો તેમને કુદરતી રીતે શોખ હોવાથી તેમાં તેમને ઘણી મજા પડે છે, તેથી તેઓ ઝૂંઝૂં અને હસે છે. હાલરડાનો અવાજ જે બાળુથી આવતો હોય છે તે તરફ તેમનું ચિત્ત આકર્ષાય છે. રેતું બાળક મધુર હાલરડું સાંભળીને રેતું રહી જાય છે અને શાંત થાય છે. વગર રેતું બાળક હાલરડું સાંભળીને મીઠી નિદ્રાને અનુભવે છે. મોટી વયના બાળુઓ પણ સૂતી વખત સંગીત સાંભળે તો તેમને પણ સારી ઉંઘ આવી જાય છે કેમકે સંગીત માનવહૃદયને તથા ચિત્તવૃત્તિને શાંત કરે છે. બચ્ચાંઓને ઉંઘાડવાને વારતે તમામ મુલકમાં મધુર ગાયન ગાવાનો પ્રચાર ચાલુ છે; વળી બાળકની સહૃદયતાને કેળવવા અને ખીલવવા માટે સંગીત એ બહુજ ઉપયોગી સાધન છે. સંગીત સાંભળીને તેમનાં હૃદયમાં પ્રીતિનો ઉદય થાય છે તથા તેમની કલ્પના શક્તિ ખીલે છે. મલ્લથી આપેલા બોધ કરતાં સંગીતથી આપેલા બોધની અસર અંતઃક-

રણમાં વધારે ડડા ઉતરી શકેછે, કેમકે ગાયનમાં આકર્ષક ગુણ વધારે છે. કાંઈપણ પ્રકારના વિષયને હૃદયમાં વિશેષ પ્રકાશિત અને અસરકારક કરવો હોય તો તે સંગીતથી સર્વોત્તમ રીતે થઈ શકેછે. જમતી વખત મધુર ગાયન સાંભળવામાં આવે તો જમવામાં બહુ મગ્નહ પડેછે !

તાગીઓ પાડીને ગાવામાં આવે તો બાળકોને તે બહુજ ગમેછે, તથા તેમને તેથી વિશેષ આનંદ ઉપજેછે, વળી તેમની રમતમાં જે ગાયન આવતું હોય તો તે રમત એમને વિશેષ રસિક થઈ પડેછે બાળકની એવી કુદરતી લાગણીને પોષવા તથા ઉત્તેજન આપવા માટે તેમને ઉમદા સંગીતની તાલીમ અપાવવી એ ધણું અવશ્યનું છે. બાળકને તેની માનુષાણીની જૂદાજૂદા રાગની રસિક કવિતાઓ મુખપાઠ કરાવી હોય તો તેઓ નવરાશની વખતે તે ગાઈને ઘણો આનંદ મેળવેછે.

આપણા મુલકમાં સદગૃહસ્થની વડુ, દીકરીઓને સંગીત શીખવાનો શોખ ધણુંકરીને થતો નથી, તેનું કારણ કે એમ કરવું એ તેઓ પોતાના મનથી મોટું દુષણ માનેછે. સુધરેલા મુલકમાં તો ત્યાંના માણસો ગાયન વિદ્યાને કેળવણીનું એક મુખ્ય ને માનીતું અંગ ગણેછે તેથી ત્યાં જે કોઈ કુલીન સ્ત્રીને સંગીત આવડતું ન હોય તો તે તેની એક ખામી લેખાયછે.

પણ હવે છેક ધીમે કદને પણ આપણા દેશમાં સંગીત પ્રત્યે કેળવા-એલા ગૃહસ્થો તેમ અમીર ઉમરાવોમાં અનુરાગ ઉત્પન્ન થવા લાગ્યોછે, એટલે દિનપરદિન એ રસિક હુન્નર સતેજ થઈ સંવૃદ્ધિને પામ્યા વગર રહેશે નહીં એવી આશા રખાયછે.

જે માણસની એકાદ જ્ઞાનેન્દ્રિય ધણીજ મંદ અથવા નકામી હોયછે તો તેની બીજી ઇન્દ્રિય સ્વાભાવિક રીતે વિશેષ તેજ હોયછે; તદનુસાર આંધળાં માણસની શ્રવણ શક્તિ, રમરણ શક્તિ, વાસ પારખવાની શક્તિ અથવા સ્પર્શ શક્તિ સારી હોયછે; વળી પોતાની ચિત્તવૃત્તિ સ્થિર રાખી શકતાં હોવાથી તેઓ મોટેથી તેમજ વાજિત્રથી ગાવાનું

તેમજ સતાર, તાડિસ, સારંગી, હાર્મોનિયમ અને શ્રીકલ વગેરે બજાવવાનું કામ ધણી સારી રીતે કરી શકેછે, તેમજ એવી કળાનું શિક્ષણ તેમના નિર્વાહનું સાધન પણ થઈ શકેછે. કહેવત છે કે “આંધળો હળે કે ગાય.”

હિન્દી સંગીતનું શિક્ષણ આપવા માટે ગાંધર્વવિદ્યાલય આ દેશનાં કેટલાંએક શહેરોમાં સ્થાપન થઈ ચૂક્યાંછે અને ધીમેધીમે તેમાં વધારો થશે એમ આશા રહેછે. ઉત્તર હિન્દુસ્તાનમાં ગાયન વિદ્યાનો ઘણો શોખ હજી જળવાઈ રહેલોછે; ત્યાંના હજારો લોકો ગાયનનો સ્વાભાવિક આનંદ અનુભવેછે.

મોટાં નગરની કેટલીક શાળાઓમાં હાર્મોનિયમ દ્વારા એ હુન્નર ખાળકીઓને શીખવવાનું ચાલુ થયેલછે, તે પ્રમાણે હોકરાઓની નિશાળોમાં પણ એ હુન્નર શીખવવાની શરૂઆત થવી જોઈએ છીએ. હોસ્પિટલમાં રહેતાં દરદીઓને જો ગાયન ને વાજિત્ર સંલગ્નાવાની યોગ્ય યોજના કરવામાં આવે તો તેથી તેમને તેટલા વખત સુધી પોતાનાં દરદનું વિસ્મરણ થાય, અને પરિણામે કોઈ પ્રકારના દરદ મટી પણ જાય તેવો સંભવ છે. દીવાનાંઓની હોસ્પિટલમાં પણ જો દીવાનાંઓને સંગીત સંલગ્નાવવામાં આવે તો તેના મધુર અને કામળ નાદથી તેમાંનાં કેટલાંકપર તેની સારી અસર થવાનો સંભવ રાખી શકાય.

યુદ્ધોમાં સિપાઈઓને શર ચડાવવા તથા તેઓના લડાયક જીરુસાને ઉશ્કેરવા માટે વીરરસના ગાયનની અગત્ય પ્રાચીન કાળથી સ્વિકારવામાં આવેલીછે, અને આજે પણ લડાઈઓમાં એવાં કાવ્યોનો અને વાજિત્રનો ઉપયોગ કરવાનો પ્રચાર ચાલુ છે.

બ્યુગલ અથવા શંખ વગેરે વખતોવખત પૂંક્યા કરવાથી ફેફસાંને નુકસાન પહોંચવાની વકી છે.

## તરવું.

તરવું એ એક હુન્નર છે, તથા તરવાની તાલીમ છોકરા તેમજ છોકરીઓની ફેળવણીનું એક અંગ છે, એવું આ દેશમાં થોડાં માણસો સમજતાં જણાય છે. તરવાનો હુન્નર જેટલો ઉપયોગી છે તેટલો તે શીખવામાં અઘરો નથી; વળી એ હુન્નર એક વાર હાથ થયો એટલે તે કદી ભૂલી જવાતો નથી, એવી તેમાં ખૂબી છે. તરવાની કળા દરેક માણસે પોતે શીખવી તેમજ પોતાના દીકરા તેમજ દીકરીઓને પણ શીખવવી ઘટે છે.

તરવું અને તનદુરસ્તી એ બન્નેને સારો સંબંધ છે. તરવાની કસરતથી ખુલ્લી અને સ્વચ્છ હવાનો લાભ આપોઆપ મળે છે. તનદુરસ્તી સાચવવાનાં અનેક સાધનોમાં તરવાની કસરતનો પણ સમાવેશ થાય છે. તરવાથી તનના ધણાખરા ભાગના સ્નાયુઓને કસરત મળતાં તે પ્રકૃત્ય થાય છે, જ્ઞાનતંતુને પુષ્ટી તથા મગજને શાંતિ મળે છે, શરીરમાં લોહીનું ફરવું વધારે જોસથી થાય છે, હાથ તેમજ પગમાં જોર આવે છે, ગોટલા મજબૂત થાય છે, ત્વચ્છા સાફ થાય છે, હોજરીમાં કમજબીયત રહેતી હોય તો તે મટવાનો બહુ સંભવ છે, ખાંધેલું પચે છે તથા પાચન-શક્તિ વધ્યાથી ભૂખ કડકરીને લાગે છે, તનને થાક લાગ્યો હોય તો તે તરવાથી ઉતરી જાય છે; બળ, હિંમત તથા બહાદુરી વધે છે, ટુંકામાં કહીએ તો શરીરમાં શેર લોહી ચડે એવી એ ઉમદા તથા આરોગ્યવર્ધક કસરત છે. બીજી દરકોઈ કસરત કરતાં તરવાની કસરતથી તનદુરસ્તી વધારે મળે છે તેથી માયાપે પોતાની સંતતિને એ હુન્નરથી બેનસીબ રાખવી જોઈતી નથી.

નાનપણમાં તરવાનો અભ્યાસ રાખ્યાથી મોટપણમાં છાતી ખીલીને તાંબા જેવી મજબૂત થાય છે જેથી ક્ષય, ફમ અને ઠાંસા જેવાં છાતીનાં દરદો ક્વચિત્જ પેદા થાય છે. એ કસરત કાળજીને પણ ધણી માફક



આવેછે ; વળી હરસ અને મસા વગેરેના દરદીને તેથી સારી અસર થવાની વધી રહેછે.

દરિયાના ખારા પાણીમાં ન્હાવાનો અભ્યાસ રાખ્યાથી શરીર પુષ્ટ થાયછે, અંગબળમાં વૃદ્ધિ થાયછે, ત્વચાનાં કેટલાંક દરદો ઉપર તો તે બીજા ઔષધરૂપ છે ; ખસ, દાદર, ખરજવું, ગડગુમડ અને સંધિવા વગેરે દરદના સંબંધમાં ગુણકારક નીવડવાનો સંભવ છે. જેમને ઉંધ ખરાબર આવતી ન હોય તેમને એવા પાણીમાં ન્હાયાથી ફાયદો થાયછે.

વૉટર-પોલોની રમત એ પણ આરોગ્ય અર્પનારી તરવાની ઉત્તમ કસરતનો ગમતકારક ભાગ છે.

હવા બહુ ગરમ અથવા બહુ ઠંડી હોય ત્યારે તરવું નહીં જોઈએ. શરીરને ઘણી ઠંડી લાગતી હોય ત્યારે તરવું નહીં જોઈએ. ન્હાવા માટે જળાશયમાં પડતાં પહેલાં શરીર ઠંડું હોય તો થોડી વાર સપાટામાં ચાલીને તેમાં ગરમી ઉત્પન્ન કરવી જોઈએ. બહુ પસીનો થતો હોય ત્યારે તરવું ન જોઈએ. સવારમાં તદ્દન જૂખ્યે પેટે તરવું ન જોઈએ. ભોજન લીધા પછી એકાદ કલાકની અંદર તરવું નહીં જોઈએ, કેમકે ખાંધેલું પાચન થવામાં અડચણ આવેછે. ખીજી જાતની કસરત કરેલી હોય તે પછી તરતજ તરવા ઉતરવું નહીં જોઈએ. એક દિવસમાં એકથી વધારે વાર તરવાની કસરત કરવી નહીં જોઈએ. એ કસરત સૂર્યના સાધારણ તાપ અથવા તેના પ્રકાશમાં આશરે પંદર મિનિટ સુધી કરવી જોઈએ, એથી વિશેષ વખત સુધી કરવી એ સલાહકારક નથી. મજબૂત બાંધાના માણસે બહુ તો અરધો કલાક તરવું, એથી વધારે વખત એમાં ગાળવો એ નુકસાનકારક થઈ પડવાનો સંભવ છે.

તરવાનો હુન્નર હાથ કરવામાં કાંઈક જોખમ છે પરંતુ તે નહીં શીખ્યાના પ્રમાણમાં જોખમ ઘણું ઓછું છે. “ગુરૂ વિના જ્ઞાન નહીં” એ કહેવતના રહસ્યને સમજીને તરવાના કામમાં ખરેખરા હોંશિયાર માણસની

સીધી દેખરેખ નીચે એ કળા શીખવાની તજવીજ કરવી જોઈએ. આમ કરવાથી જીંદગી જોખમમાં આવવાનો સંભવ નથી.

ઉંટ સિવાયનાં સઘળાં જાનવરમાં તથા મનુષ્ય પ્રાણીમાં તરવાની શક્તિ કુદરતે મૂકેલી છે, પણ એવા જનાવરોની પેઠે માણસને વગર શીખ્યે એ કળા આવડતી નથી, જેથી તે શીખવા માટે શ્રમ કરવો પડે છે.

ખાઈ પાણી માણસને વધારે ઉપર રાખી શકે છે તેથી જેઓને સગવડ હોય તેમણે દરિયામાં તરવા શીખવાનું રાખવું જોઈએ. દરિયો દૂર હોય અથવા ત્યાં એ બાબતની અનુકુળતા આવે તેમ ન હોય તો તળાવ વગેરે જળાશય એ માટે પસંદ કરવું જોઈએ. ઇંગ્લાંડમાં વિદ્યાર્થીઓને નિશાળને ખર્ચે તરવાના હુન્નરની તાલીમ આપવામાં આવે છે. સ્વીડન દેશમાં તો જેમ પુરુષો અને સ્ત્રીઓ તેમ બાળકો પણ તરવાનું શીખેલાં હોય છે. વર્ગી યુરોપના બીજા દેશોમાં, અમેરિકામાં તેમજ ચીન અને જાપાન આદિ દેશમાં જેમ મરદો તેમ સ્ત્રીઓ પણ તરી જાય છે.

પૃથ્વીપર જમીન કરતાં પાણીનો લાગ બમણો છે; માણસોને દરિયા માર્ગે સુસાફરી કરવાના પ્રસંગ આવવાનો સંભવ વધતો જાય છે તે ખ્યાનપર લેખે એ તો તરવાનું શીખવાની આવશ્યકતા વધારે લાગ્યા વિના રહેશે નહીં; વર્ગી મનુષ્યને પોતાની જીંદગીમાં એવા પણ પ્રસંગ આવવાનો સંભવ છે કે જે તરતાં આવડતું હોય તો એવે વખતે પોતાનો જીવ બચાવવા અથવા અન્યનો જીવ ઉઘારીને તેને જીવતદાન આપવા માટે એ કળા તેમને ધણીજ ઉપયોગી થઈ શકે. જેમ સ્વાર્થ તેમજ પરમાર્થ સધાય એવો એ ઉપયોગી હુન્નર છે.

પ્રાણીમાં ન્હાવા માટે પડતાં પ્રથમ મસ્તક લીંજવવું. દરદીઓએ તેમજ નખળાઈથી જેઓ પીડાતાં હોય તેમણે તરવાની કસરત કરવી હોય તો તે સંબંધમાં દાકતરની સલાહ અગાઉથી મેળવવી જોઈએ.

મીઠા પાણી કરતાં દરિયાનાં ખારા પાણીમાં ન્હાવું એ વધારે સારું છે, કેમકે ત્યાંની ચોખ્ખી હવાની હોરથી તન્દુરસ્તીને ઘણી વાર વધારે ફાયદો થવાનો સંભવ રહે છે.

## મુસાફરી.

મુસાફરી કરવી એ કેળવણીનું એક અંગ છે, તેમજ વિધિવિધ પ્રકારના અનુભવ મેળવવાનું તેમજ સંસાર સુધારાનું એક ઉમદા સાધન છે. તીર્થ યાત્રાનો રીવાજ આવે છે તે ઘણો પસંદ કરવા લાયક છે કેમકે તે નિમિત્તે પ્રવાસ કરવાનું બને છે.

બાળકો જેવું જોઇને શીખે છે તેવું સાંભળીને શીખતાં નથી. સાંભળેલું યાદ રહે છે તે કરતાં નજરે જોયેલું ઘણું વધારે યાદ રહે છે. માત્ર પુસ્તકો વાંચીને કે ભાષણો સાંભળીને સઘળું શીખી શકાતું નથી. કેળવણી એકલી ચોપડીઓથીજ મળતી નથી. આંખથી જોઇને પણ ઘણું જાણી ને શીખી શકાય છે. કલ્પદ્રિયદ્વારા કરતાં નેત્રદ્રિયદ્વારા થયેલ સંસ્કાર અંતઃકરણમાં ઉઠા ઉતરે છે ને તે વિશેષ સ્થાયી થાય છે.

મુસાફરીથી ઘણું જોવાનું, જાણવાનું ને શીખવાનું સહેજે મળે છે. સૃષ્ટિસૌંદર્ય જોવામાં આવતાં માનવીનું મન ખીલે છે. મુસાફરીથી મનમાં નવા વિચારોનો ઉદ્ભવ થવાનો અવકાશ મળે છે. મુસાફરીથી સંકુચિત મન ઘણું વિસ્તૃત થાય છે. બુદ્ધિની કક્ષા વિસ્તરે છે, જૂઠી જૂઠી જાતના રીત રીવાજ, રહેણી કરણી, વેલવ અને આચાર વિચાર વગેરે નવી નવી આપતો જોવા જાણવામાં આવતાં જ્ઞાનની વૃદ્ધિ થાય છે; અને તે જાતની પોતાની આપત સાથે તુલના કરતાં પોતામાં કાંઈ અપૂર્ણતા કે ખામી જાણાય તો તેની પૂર્ણતા કરવાનું કે સુધારવાનું આપોઆપ સહે છે; ટુંકામાં કહીએ તો મહણ કરવા યોગ્ય

મહાણું કરામછે, તથા તળવા થોડા તળાયછે; વળી એથી તર્કશક્તિ ખીલેછે, દૂર દેશમાં પ્રવાસ કર્યાથી ત્યાંના કેટલીક જાતના નવીન પ્રકારના ધંધા રોજગારની માહિતી મળેછે તેથી સીધી અથવા આડકતરી રીતે પોતાને તેમજ પોતાના દેશને લાલ થવાનો ધણો સંભવ છે.

દેશાટન એ ચતુરાઇનું મૂળ કહેવાયછે. દેશાટનથી માણસ ચતુર ને બાવહારકુશળ થાયછે. હોશિયારી અને સાવચેતી કેવી કેવી જાતની તથા તે કેવી રીતે રાખવી જોઇએ તે અનુભવથી શીખાયછે. વળી જૂદાજૂદા મુલકમાં મુસાફરી કરવાથી જૂદાજૂદા માણસો સાથે ઓળખણ પીછાણ કરવાના પ્રસંગો વધારે મળેછે. મુસાફરીથી વળી કોઇ વિદ્વાનો તેમજ હુન્નરી લોકોનો સમાગમ કરવાની તક મળેછે તથા તેમની સાથે કેવી રીતે હળવું મળવું તે શીખાયછે તેમજ વાતચીત કરવાના વિષયનો ભંડોળ વધેછે.

“જીવ્યાથી જોયું ભહું” એ આપણી પ્રચલિત લોકાકિત પણ પ્રવાસને માટે ઉત્તેજેછે. પ્રવાસથી અવલોકન શક્તિ અચ્છી રીતે કેળવાયછે. કુદરતની વિધિવિધ ખૂબીઓ દ્રષ્ટિગમ્ય થતાં મનને ઘણોજ આનંદ પ્રાપ્ત થાયછે તથા પ્રભુપ્રત્યે પૂજ્યબુદ્ધિ વધેછે.

જાપાનમાં વિદ્યાભ્યાસ કરનાર બાળકોને વરસમાં એકાદવાર બહાર મુસાફરીએ લેઇ જઇને તેમને નવી નવી ચીજો નજરે પડતાવીને તે વિષે ઘટનું જ્ઞાન આપવામાં આવેછે. બાળકોએ પુસ્તકમાં વાંચ્યું હોય અને ખીજને મોકેથી સાંભળ્યું હોય તે સાક્ષાત જોવામાં આવ્યાથી તેમને બહુ ખુશી પેદા થાયછે, તેમજ ખીજું પણ તેમને નવુંનવું જોવાનું મળ્યાથી તેમના જ્ઞાનમાં ઓર વધારો થાયછે.

મુસાફરીમાં ઉપર પ્રમાણેના તેમજ એ ઉપરાંત બીજી ઘણી જાતના ફાયદા તથા નિર્દોષ ગમતની પ્રાપ્તિ થતી હોવાથી માયાપોએ અવકાશ મળ્યાથી, અથવા અવકાશ મેળવીને પોતાનાં સંતાનને પ્રવાસદ્વારા મળતા

જ્ઞાનનો લાલ આપવાને ચૂકવું ન જોઈએ. ઉષ્ણ રૂતુમાં નિશાળોમાં વધારે મુક્તની રબ પડતી હોય તેવા વખતનો લાલ આ કામ માટે લેવામાં આવશે તો તે વધારે અનુકૂળતાવાળું થવાનો સંભવ છે.

છોકરાંઓને બહાર કદી મુસાફરી નહીં કરાવતાં “ઘરની ધુન્સ ઘરમાં ને ઘરમાં” એમ જેઓ રાખી મૂકે છે તેના સંબંધમાં એક વિદ્વાને નીચે પ્રમાણે લખેલ છે. “Home keeping youths have ever homely wits” ઘરને ખૂણે ભરાઈ રહેનાર યુવકની શુદ્ધિ સદા ઘરખુણીઆ હોય છે.

આગગાડી, આગબોટ, મોટરકાર વગેરે દ્વારા મુસાફરી કરવાનું હાલના જમાનામાં ઘણી સગવડ થયેલી છે. એવાં સાધન વગર અગાઉ બહુ થોડાં માણસો દૂર દેશની મુસાફરી કરી શકતાં હતાં. સાતુકુળ સાધનોને લીધે હવે મુસાફરીનો પ્રચાર વધ્યો છે અને દિનપરદિન વધતો જાય છે. કેટલાંક માણસો આખી દુનિયાની મુસાફરી કરે છે. જે મુલકમાં મુસાફરી કરવી હોય તે મુલકનો કોઈ બોર્ડરમાં સાથે હોય તો ત્યાંનાં ઐતિહાસિક વગેરે જોવાલાયક સ્થળો જોવાનું રહી જવાનો સંભવ નથી; વળી મુસાફરીવાળા મુલકનો નકશો, તેમજ તે મુલકના વર્ણનનું પુસ્તક મળતું હોય તે સાથે રાખવામાં આવે તો અગત્યના સ્થળો જોવાનું ચૂકથી રહી જતું નથી.

## આત્મશ્રદ્ધા-સ્વાશ્રય.

બાળકને આ શુભ કુદરતે બહોળે હાથે બહેલોછે. મોટી ઉમરનાં માણસોને ધણાં કામો અશક્ય લાગેછે, પણ બાળકની નજરે કોઈ પણ કામ ન બને તેવું છેજ નહીં. પ્રખ્યાત નેપોલ્યન બોનાપાર્ટ કહેતો કે દુનિયામાં કોઈ કામ અશક્ય નથી. અમુક કામ જે મનુષ્યથી થઈ શકતું નથી તો તેટલી તેની શારીરિક, માનસિક કે આત્મિક શક્તિઓની નબળાઈ છે; ઉત્સાહ, આગ્રહ ને હિંમતના ખામી માત્ર છે. જે કામ એક માણસથી બન્યું તે બીજાથી કેમ ન બને ? કાળા માથાનું માતવી દંડ નિશ્ચયથી અને સતત પ્રયત્નથી ચડાય તે કરી શકેછે. અપૂર્વ શ્રમથી સૃષ્ટિમાં શું સિદ્ધ થઈ શકતું નથી ? એ પ્રમાણે નેપોલ્યનના નેત્રવડે આપણે નિહાળીએ તો દરેક બાળક નેપોલ્યન બોનાપાર્ટનો જાણે અવતાર છે ! બાળકમાં જેટલી આત્મનિષ્ઠા છે તેટલી બીજા કોઈમાં જોવામાં આવતી નથી. દરેક કાર્ય બાળકને શક્ય જણાયછે, તેથી તેને પાર પાડવા તે અતિશય શ્રદ્ધાથી મથન કર્યા કરેછે.

માબાપોએ બાળકોનાં આત્મવિશ્વાસ અને આત્મસામર્થ્યના શુભને ધટતું ઉત્તેજન આપતાં રહેવું જોઈએ. હરકોઈ કામ તે પોતાના બાહુબળથી કરવા માગતું હોય તો તે માટે અને તેટલો તેને મત્ત કરવા દેવો જોઈએ. “ તારાથી એ નહીં થાય ” એવું નિરાશાજનક વચન તેને કદી કહેવું નહીં જોઈએ. રમકડાં વગેરે ચીજો ધરમાં લાવવા મૂકવા વગેરેનું કામ તે પોતાની મેળે કરી શકતું હોય તો તે તેનેજ કરવા દેવું જોઈએ. પોતાનું કામ પોતાને હાથે કરવાની અને તેને માટે ચાકર વગેરેપર આધાર નહીં રાખવાની તેને મૂળથીજ આદત પાડવી એ ઇષ્ટ છે. પછી ભલે એવાં કામ આરંભમાં બરાબર સંતોષકારક ન થાય, તેની ફિકર નહીં. મૂળ-મંડાળમાં એવી બાબત ઉપર બહુ ધ્યાન આપવું નહીં જોઈએ. બાળક

ઉંધું પડ્યું હોય ને ચતું થવાનો યત્ન કરતું હોય તો તેવો યત્ન તેને કરવા દેવો જોઈએ. ચાલવાનો યત્ન કરે તો ચાલવા દેવું જોઈએ. જો જરૂર હોય તો તેને જોઈતો ટેકો આપવો, પણ જ્યાંસુધી તે એ માટે મહેનત કરતું હોય ત્યાંસુધી તેને ચતું કરી દેવું નહીં જોઈએ. ચાલવાની શક્તિ આવી હોય છતાં ચાલવા ન દેવું, તેમજ સીડીપર ચડવાનું હોય ત્યારે એક પણ પગથીયું ચડવા ન દેતાં કહે એસાડી ઉપર લેઈ જવું, એ પ્રમાણે કરીને તેને અપંગ જેવા બનાવવાની તજવીજ કરવી નહીં જોઈએ.

બાળકને તેનું એવું પરચુરણ કામ કરી આપવું નહીં, પણ તે પોતાની મહેનતથી સ્વતંત્રપણે તેવું કાંઈ કામ કરી બતાવે તેવી તેને તક મળવી જોઈએ, કે જેથી કરીને તે આત્મબળ ઉપર આધાર રાખનાર નીવડી શકે, મુશ્કેલીમાં બતભરોસો રાખી શકે અને કુદરત સાથે વધારે સંબંધમાં આવી શકે. એ પ્રમાણે હોવાથી બાળક તમારી નજરથી દૂર હોય ત્યારે તેમનાપર જોઈતો વિશ્વાસ રાખવામાં તથા તેમને પોતાના પ્રયત્નમાં ચોખ્ખૂ લેવા દેવામાં બીવું નહીં જોઈએ.

પોતાના ઉપર આધાર રાખતાં, સ્વાશ્રયી થતાં તેને સહજ મુશ્કેલ લાગે તેની ચિંતા કરવા સરખું નથી. આત્મબળના-ઇચ્છાબળના દૈવી શુભને જોડેલો બને તેટલો પોષવો અને ખીસવવો જોઈએ કે જેથી તેઓ ભવિષ્યમાં પારકી આશાપર જીવન ન ગાળતાં સ્વપરાક્રમી થઈ જેમ પોતાને તેમજ બીજા અસંખ્ય મનુષ્યોને ઉપયોગી થઈ પડે.



## બાળકોને અપંગ સરખાં બનાવશે નહીં.

પોતાના જોવામાં આવે તેવાં જૂદીજૂદી જાતનાં ઘણાં કામો પોતાને હાથે કરવાની પ્રત્યેક બાળકમાં હોંસ ને ઉલટ કુદરતે મૂળથીજ મૂકેલી છે, તેથી તેમનાં શરીરમાં શક્તિ આવ્યાથી તેઓ નાના પ્રકારનાં કામો પોતાના હાથથી કરવાનો ઉમંગ તથા ઉત્સાહથી યત્ન કરવા માંડે છે, ત્યારે મા અથવા બાપ વગેરે તેને તે કામ કરવાની ના પાડે છે અને કહે છે કે “તારાથી એ નહીં અને અથવા બગડશે, તને બહુ વાર લાગશે અગર તને વાગશે, તું પડી આખડી જઈશ, તું થાકી જઈશ, ફેડી ઢોળી બેસીશ, તારા હાથ પગ બગાડીશ, કે કપડાં પલાળીને ખરાબ કરી નાખીશ,” ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ, ઇત્યાદિ. એ પ્રમાણે જે કામ પરત્વે જેમ કહેવું તેમની નજરમાં ઠીક લાગે તે પ્રમાણે કહીને બાળકને કામ કરતાં અટકાવવાનો યત્ન કરે છે, અને જે કામ તેમનાથી સામાન્ય રીતે બની શકે તેમ હોય તે કામ પણ તેમને કરવા દેતાં નથી, તેથી એવાં બાળકો નાસીપાસ થઈ જતાં તે બાપડાં કાં તો રડી પડે છે અથવા તે કામ કરવા દેવાની હક પકડે છે.

બાળકથી સ્વતંત્રપણે બીલકુલ નજ અને તેવાં કામો તેને કરી આપવાની અગર અધરા કામોમાં તેને મદદ આપવામાં અડચણ નથી, પરંતુ જ્યારે અને ત્યારે લે તને તેડું, લે તને નવરાતું, લે તને ખવરાતું, લે તને પીવરાતું, લે તને કપડાં પહેરાતું, એમ કહીને જે કામ તે પોતે કરી શકે તેમ હોય તેવાં કામ પણ વખતોવખત કરી આપીને માબાપ તેને વગર ઇરાદે પણ અપંગ સરખા બનાવવાનું કરે છે તે ઇચ્છવા યોગ્ય નથી. બાળક કોઈ કામ બરાબર ન કરી શકે, અથવા તેમાં કાંઈ ભૂલ કરે તેમ હોય તોપણ તે કામ કરવાનો તેને યત્ન કરવા દેવો જોઈએ, કેમકે એમ કરતાં કરતાં પોતાનું કામ બરાબર કરવાનું મહાવરાથી તે શીખી જશે.



બાળકને જેમ તેનું પોતાનું કામ તેમજ કેટલુંક પોતાનાં માખાપનું કામ પોતે કરવાનું સ્વાભાવિક રીતેજ બહુ ગમેછે તેથી તેનાથી થોડું ઘણું પણ બની શકે તેવું કામ તેને કરવા દેવું, પરંતુ તેની હેંસ ને ઉમેદને ભાંગી નાખવી નહીં. તે જે કામ કરે તેમાં જે તેને કાંઈ અડચણ આવે તેમ હોય તો તે અડચણને માખાપે બનતાં સુધી ખસેડવી નહીં, પરંતુ તે અડચણ તેને ખસેડતાં શીખવવું જોઈએ. સહેલામાં સહેલું ગણાતું હોય એવું પણ કોઈ કામ અનુભવ કર્યા વગર આવડતું નથી. અનુભવ જ્ઞાનને પાકું ને ખાતરીભરેલું કરેછે. સોયમાં દોરો પરીવરો એ કામ નજીવું ગણાયછે, પરંતુ તેનો પણ અનુભવ કર્યા વગર તે આવડી જતું નથી. છોકરાંઓ પાસે કામ કરાવીનેજ તેમને તે કામ શીખવવું જોઈએ તથા તે તેમને આવડે પણ ત્યારેજ. તળાવ વગેરે જળાશયમાં માણસો તરવાની કસરત કરતાં હોય તેના કાંઠાપર કોઈ માણસ વર્ષોનાં વર્ષો સુધી ઉભો રહીને તે જોયા કરે તોપણ તેથી તેને પોતાને કદી તરતાં આવડે નહીં, પરંતુ તે જ્યારે અનુભવી માણસની દેખરેખ નીચે જળાશયમાં ઘણીવાર ઉતરીને તરતાં શીખવાનો જાતે અનુભવ કરે ત્યારેજ તે તેને આવડે.

તેજ પ્રમાણે બાળકોને કેડે બેસાડીને આંટા માર્યાથી તે કદી ચાલવા શીખશે નહીં, માટે સમય આવ્યાથી જેમ તેમને ચાલતાં શીખવવામાં આવેછે તેમ તેમને ચાલતાં શીખવવું, તથા તેઓ થાકે નહીં ત્યાંસુધી તેમને ચાલવા દેવાં જોઈએ, પણ ખોટું હેતુ કરીને તેમને વગર કારણે કેડે બેસાડીને ફેરવવાં નહીં જોઈએ, કેમકે તેમ કર્યાથી તેમને ચાલવાની કસરત જોઈએ તેવી મળતી નથી એટલે તેના પરિણામે તેઓ શરીરે નિર્બળ રહેછે.

છોકરાંને થોડીઘણી શક્તિ આવતાં તેમને પોતાની મેળે ખાવા દેવું, પીવા દેવું, ન્હાવા દેવું, કપડાં પહેરવા દેવાં, ઘરમાંથી તેમને પોતાને કે માખાપને જોઈતી ચીજ ઉપાડીને કે ઘસરડીને લાવવા દેવી, તે પછી તેની

જગોએ પાછી મૂકવા દેવી. પોતાનાં રમકડાં લેવાં ને પાછાં તેના સ્થળે ગોઠવવાં દેવાં અને એવું એવું બીજું પણ થોડુંકાણું કામ બીજાની મદદ વગર તેમનાથી બને તેમ હોય તે તેમની શક્તિ ને ઇચ્છાનુસાર તેમને વખતોવખત કરવાં દેવું; ખાતાં પીતાં કપડાં વગેરે બગાડે તેની બહુ દરકાર કરવી નહીં. અમુક કામો કરવામાં તેમને કાંઈ વિલંબ લાગે તો તે બાબતમાં તેમને કાંઈ સૂચના આપવી ઘટતી હોય તો તે એમને આપવી તથા તે કામ ફરીફરીને કરવાની તેમની ઉલટ ને હિંમતને ઉત્તેજન દેવું, પણ તેમને ધમકાવીને નિરાશ કરવાં નહીં. કોઈપણ માણસ એવાં કામ શીખીને જન્મેલ નથી, પણ તે મહાવરાથી ધીમે ધીમે તેમને આવડેછે. કોઈ કામ તેમનાથી ન થાય અગર કોઈ કામમાં તેઓ નિષ્ફળ થાય તો તેથી કંટાળો ન લાવતાં ફરીથી ચત્ન કરવાનું તેમને શીખવવું, એટલે સૌ આવડશે. માળાપો પોતે પણ ક્યાં શીખીને આવતર્યા હતાં ? જૂદીજૂદી તરેહનાં કામ તેમને કરતાં શીખવવું એ પણ બહુ ઉપયોગી કળવણી છે.

કેટલાંક શ્રીમંતો અને રાજ્યાધિકારી વર્ગના માણસો નિશાળે જતા પોતાનાં બાળકોનાં પુસ્તકો અને છત્રી વગેરે તેમને ઉપાડવા દેતાં નથી પણ તે ઉચકવા માટે ચાકરને તેમની સાથે મોકલેછે, કેમકે એવું કામ પોતાના બાળકના હાથે કરાવવું એ પોતાના દરજ્જાથી તેઓ હલકું સમજેછે ! લાયક ઉમરનાં થયા છતાં કેટલાંક માણસો બાળકને નિશાળે મૂકવા અને તેડવા માટે સાથે માણસ મોકલેછે પણ એવી મોટાઈ કશા કામની નથી, કેમકે તેથી ભવિષ્યમાં એવાં બાળકો પરતંત્ર સ્થિતિમાં રહ્યા કરેછે, માટે જે કામ તેઓથી જતે થઈ શકે તેમ હોય તે તેમના હાથથીજ કરાવવું એ સલાહકારક છે, કેમકે નહીંતો ભવિષ્યમાં તેઓ પરતંત્ર સ્વભાવનાં, અન્યનાં ઓશીયાળાં, અણધર, આજસુ કે ડોળી થવાનો ધણો સંભવ છે.

## જાતમહેનત.

ઉદ્યોગની વૃત્તિ બાળકોમાં સ્વાભાવિક રીતે મૂળથીજ હોય છે તેથી એક ઠેકાણે સ્થિર થઈને નકામું પડ્યું રહેવું તેમને ખીલકુલ ગોઠતું નથી, પરંતુ કાંઈપણ હીલચાલ કરવાનું કુદરતી રીતે ઘણું ગમે છે તેથી જેવી તેમને કાંઈક શારીરિક શક્તિ પ્રાપ્ત થાય એટલે તુરત એ મહા ચપળ જીવડા પારણા કે પથારીમાં મુડદાળ જેવાં થઈ પડ્યાં ન રહેતાં હાથ, પગ હલાવવા માડે છે. કાંઈ તેમને તેડે ત્યારે પણ હાથ પગ વગેરે અવયવોની પોતાને ગમે તેમ હીલચાલ કરે છે. ચાલતાં શીખ્યા પછી પગ વાળીને ન એસતાં જ્યાંયાં દોડ્યાં ને કુદ્યાં કરે છે, અને એ પ્રમાણેની કસરત કરીને પોતાના ઉધરભાવમાં આગળ વધે છે ને આરોગ્યનું સુખ અનુભવે છે.

બાળક હરતાફરતાં થાય, મોટાં થતાં જાય, તેમતેમ તેમની એ કુદરતી શક્તિનો માખાપોએ યોગ્ય ઉપયોગ કરવો જોઈએ. કામ વગર તેઓ ધડીલર પણ શાંતિથી એસી શક્તાં નથી, તેથી તેમની એ વૃત્તિને પોષવા માટે અનુકુળ હોય તેવું તેમની પાસેથી થોડુંઘણું કામ માખાપે વખતોવખત જોતાં રહેવું જોઈએ. અમુક જગોએ કાંઈ ચીજ પડી હોય તે તેમની પાસે મંગાવવી, અમુક ચીજ ઘરમાં અમુક ઠેકાણે હોય તે પ્રસંગ હોય ત્યારે અમુક માણસને તે લાવી આપવાનું તેને કહેવું; એ પ્રમાણે નાના પ્રકારનાં કામો તેની પાસે વખતોવખત કરાવીને તેમને ઘટતું ઉત્તેજન આપ્યાથી તેઓ બહુજ રાજ થશે, તેમજ ઉમંગથી કામ કરવાની તથા માખાપનો હુકમ ઉઠાવવાની તેમને ટેવ પડશે.

દંતકથામાં જણાવ્યા પ્રમાણે ટીટાડાએ મહાસાગરમાંતું પાણી ખાલી કરી નાખવાની પોતાનામાં શક્તિ માની જેમ તે કામ આરંભ્યું હતું તે પ્રમાણે બાળકને પણ આપબળ ઉપર અપૂર્વ શ્રદ્ધા હોવાથી કાંઈ પણ કામ પોતાથી નહીં બની શકે તેમ તેને લાગતુંજ નથી! માખાપને મનથી

જાણતાં અશક્ય કામો પણ તેનાં મનથી શક્ય લાગેછે, અને તે પાર પાડવાને તે ધણુંજ આતુર હોયછે. “તને લાગશે,” “તારે હાથ પગ લાગશે,” અથવા તને ખીજી રીતનાં ઇજ્જા થશે, “તારું ગળું નથી તેથી એ કામ તારાથી કદી નહીં થાય.” વળી “તું થાકી જઈશ,” એમ ધણું માળાપ ધણીવાર કહ્યાં કરેછે ને અમુક કામ કરવા માટે તેને ધમકાવેછે એમ છતાં બાળક તે પોતાને કરવા દેવાની ધણી વાર હક કર્યાં કરેછે તથા લાગ મળતાં એ કામ પોતે કરવા મંડી જાયછે, એમ સૌના જોવા જાણવામાં આવ્યું હશે. જાતે કામ કરવાને તે બહુજ ઉત્સુક હોયછે. ખાવું, પીવું, પહેરવું, ઓઢવું વગેરે પોતાને લગતાં કામ, તેમજ જે કામ ખીજાને કરતાં જુએ તે કામ તે જાતે કરવાને ઇચ્છેછે. જાત મહેનતથી કામ કરવામાં તેને બહુજ પ્રેમ ને સંતોષ ઉત્પન્ન થાયછે. કોઈ પણ કામ પોતે નહીં કરી શકે તેમ તેને કદી લાગતુંજ નથી! “અશક્ય” શબ્દ બાળકના શબ્દકોષમાં દ્રષ્ટિભ્રાંચર થતો નથી, અને તમે તેને કાંઈ પણ કામ નહીં આપો તો તે પોતાની મેળે પોતાની અકક્કલથી કાંઈપણ કામ પોતાને માટે ખડું કરશે તથા તેમાં તે ઉત્સાહ પૂર્વક પ્રવૃત્ત થઈ જશે! પછી જલે તેમાં તે પરિણામે સફળ થાય કે નિષ્ફળ થાય.

ધણું માળાપ પોતાના દીકરા તેમજ દીકરીને ભવિષ્યમાં તેમને સંસારબાવહારમાં ઉપયોગી થઈ પડે તેવાં વિવિધ પ્રકારનાં ઉપયોગી કામ કરવાની નાનપણમાં ટેવ પડવા દેતાં નથી, અને પછી તે મોટાં થયે તેમને તે બરાબર આવડે નહીં તેમજ તેમનામાં કાર્યદક્ષતા જાણાય નહીં, ત્યારે એવાં માળાપ પોતેજ અભિપ્રાય આપેછે કે “એનામાં જે બદામની પણ બોણી નથી!” કામની હથોટી જેવી નાનપણમાં પડેછે તેવી મોટપણમાં કદી પણ પડી શકતી નથી, એમાં જે મત છેજ નહીં.

કોઈ પણ શારીરિક મહેનતનું કામ એ ચોખ્ખી મજૂરી—ગદાવૈંતરું છે એમ ધણું માળાપ સમજતાં હોવાથી તેઓ પોતે પણ ઉત્સાહપૂર્વક કાંઈ

કામ કરતાં નથી, અને કદાપિ કાંઈ કામ કરવાની તેમને ફરજ પડે તો તે ન છૂટકે નિરસાહથી કરેછે. આ પ્રમાણેની તેમની મનોવૃત્તિ હોવાથી પોતાનાં બાળકોને પણ ઉમંગભરે ને કાળજીપૂર્વક કામ કરવાને તેઓ પ્રેરણા કરતાં જણાતાં નથી. કામ કરવામાં તેમને પોતાને કંટાળો આવ્યા કરેછે. કંટાળા વગરનું કોઈ કામ નથી, પણ તેનાથી કોઈએ કદી કંટાળવું જોઈતું નથી, કેમકે જે કામથી કંટાળ્યું તે ફત્તેહથી પણ કંટાળ્યું સમજવું.

જે મનુષ્ય જીંદગીને ચાહતું હોય તેણે મહેનત કરવી જોઈએ, કારણ કે જીંદગી મહેનતની બનેલી છે. મહેનત કરવી એ ધણાખરાં માણસને કડવી લાગેછે, પણ તેનાં ફળ મીઠાં છે—મધુરાં છે. આ દુનિયામાં દરેક ચીજનું તથા દરેક ચમત્કારનું મૂળ મહેનત છે. મહેનત વગર કશું મળતું નથી, મહેનત વગર મનની મુરાદ પાર પડતી નથી, વળી મહેનત એ જેમ તનદુરસ્તી મેળવવાનું તેમજ તે સાચવવાનું પણ ઉત્તમ સાધન છે. મહેનતથી જેવી મીઠી નિદ્રા આવેછે તેવી આળસ્યથી કદી આવતી નથી. આળસ્ય એ કરજની તથા ભીખની કુંચી છે. કામ કરવાની શક્તિ હોય છતાં બીજાની મહેનતપર જીવવું એ એક જાતની હરામખોરી છે.

માત્ર અપવાદ સિવાય ઇષ્ટ વસ્તુની પ્રાપ્તિ અકસ્માતથી કદી પણ થઈ શકતી નથી; પ્રયત્ન ઇચ્છાશક્તિ અને દૃઢ નિશ્ચય વગર કોઈ મહાન કાર્ય પાર પડતું નથી. પ્રારબ્ધ ઉપર આધાર રાખી પોતાના અભ્યુદયને માટે પ્રયત્નશીલ થવામાં પાછી પાની કરવી એ મનુષ્યના મનની કદી નહીં ઇચ્છવા યોગ્ય નબળાઈ છે. ઉદ્ધમ વિનાનું ભાગ્ય લૂતું છે. આપબળ સરખું બીજું કોઈ બળ નથી, ઉદ્ધમ કર્યા વિના કદી ઉન્નતિ થતી નથી. પુરુષાર્થ કર્યા વિના સારું પ્રારબ્ધ બંધાતું નથી.

તન, મન તથા આત્માની ગુપ્ત શક્તિઓ ઉદ્ધોગના પ્રતાપથીજ ખીલેછે તથા પ્રકાશમાં આવેછે. ઉદ્ધોગ એ ફત્તેહની કુંચી છે અને એ કુંચીથીજ યશનો દરવાજો ઉઘોડે. પ્રૌઢ અને ઉચ્ચ અભિલાષથી ઉદ્ધોગનું સાવધાનતાથી

જેઓ સેવન કરશે તેમને કોઈ પણ ચીજ અસાધ્ય નથી. આખું જગત ઉદ્યોગને આધિન હોવાથી પૂરતા પ્રયાસવડે મનવાંછિત ફળ મેળવી શકાય છે. સતત ઉદ્યોગ ઓછી બુદ્ધિની ખામીને પણ ધણે દરજ્જે ઢાંકી દે છે.

જો તમારાં તન, મનને આરોગ્ય રાખવાં હોય, જીંદગી લાંબી મુદત સુધી ટકાવી રાખી સુખી જીવન ગાળવું હોય, આનંદમાં રહેવું હોય, નાના પ્રકારનાં દુઃખ, દરદ અને ફિકરચિંતાથી મુક્ત થવું હોય; સુધારામાં, સત્તામાં અને શાણપણમાં આગળ વધવું હોય, પ્રતિષ્ઠા પામવી હોય, નામના મેળવવી હોય અને ધંધરપ્રિય થવું હોય તો કામ કરો. નાનાં અને મોટાં, સધન અને નિર્ધન, સ્ત્રી અને પુરુષ એ સૌએ પોતપોતાને અનુકુળ પડે તેવી દરેકજા જાતમહેનત કરવી જોઈએ. કામને વેઠ કે વૈંતરું સમજવું નહીં જોઈએ. જાતમહેનત એ અનેક સુખનું સાધન છે. જે જાતમહેનત કરવાનું જાણતો નથી, તે સુખ એ શું ચીજ છે તે સમજતો નથી. માત્ર રોટલો પેદા કરવા માટેજ કામ કરવું અને નહીંતર નહીં, એમ કદી પણ ધારવું નહીં. પોતાનું કામ બનતા સુધી પોતેજ કરવું; બીજા ઉપર જેમ ઓછો આધાર રહે તેમ સારું. તનદુરસ્તી જાળવી રાખવા માટે મનને સદા આનંદમાં રાખવા માટે અને દુનિયામાં આગળ વધી જન-મંડળને-કોઈ પણ રીતે ઉપયોગી થઈ પડવા માટે પોતાની શક્તિ અને સ્થિતિને અનુસરીને દરેક માણસે જાતમહેનત કરતા રહેવું એ ઇષ્ટ છે. જાત મહેનત વિના હાડકાં કસાતાં નથી, જાતમહેનત વગર ધીરજીત ફળની પ્રાપ્તિ થતી નથી, તેમજ જાતમહેનત વગર આપકર્મી કદી પણ થવાનું નથી. જાતમહેનતનો પ્રતાપ અદ્ભૂત અને અસાધિક છે, ઉત્તમોત્તમ છે, એમ માખાપે સદા સ્મરણમાં રાખીને તે પ્રમાણે વર્તવાને પોતાનાં સંતાનોને પોતાના દાખલાથી સર્વદા સૂચના ને સલાહ આપતાં રહેવું જોઈએ.

## સ્વતંત્રતા

ધણીખરાં માખાપોને કેવાં કહ્યાગરાં છોકરાં જોઇએ છીએ તે હું અનુમાનથી કહું ? તેને જેસો કહો તો જેસે, ઉડા કહો તોજ ઉડે, ખાઓ કહો તો ખાય અને પૂછ્યા વિના પાણી પણ ન પીએ, એ પ્રમાણે માત્ર તેમના હુકમ પ્રમાણે ચાલનારાં છોકરાં હોય તો તે તેમને બહુજ ગમે ! પોતાની બુધ્ધિ કે મનની વૃત્તિ પ્રમાણે ચાલવાનું કરે તે તેના મુરબ્બીઓને મુદ્દલ ગમે નહીં, કેમકે તેઓ બાળકોનો કાંઇપણ પ્રકારનો અખચાર માનતાં નથી, અને પોતાનું ચાલે ત્યાં સુધી તેમને કાંઇપણ છૂટ આપવાને તેઓ રાજી પણ હોતાં નથી; પરંતુ એ બાબતમાં આટલું ચાદ રાખવા સરખું છે કે તેમને ગુલામ જેવા કરી નાખવાં, ને ઉમરે વધતાં જાય તોપણ તેમને સ્વતંત્રપણે પોતાની બુધ્ધિનો ઉપયોગ કરી કાંઇ કામ તેઓને કરવા ન દેવું, તેમજ તેમના વિચાર દર્શાવતાં તેમને વારવા એ કાંઇ રીતે ઇષ્ટ નથી. બાળકો માત્ર માખાપની ઇચ્છા પ્રમાણેજ કામ કરે, વળી તે તેમની સાનિધ્ય કામ કરે, અને પોતાની માનસિક વૃત્તિ તેમજ વિચારશક્તિનો કાંઇપણ ઉપયોગ કરતાં શીખે નહીં, તો તેનું પરિણામ એવું આવવાનું કે ભવિષ્યમાં પોતાની અક્કલ પ્રમાણે-સ્વતંત્રપણે તેઓ કશું મહત્વનું, જોખમદારીનું કે પોતાના બચાવનું કામ હિંમતથી કરી શકશે નહીં, અને સ્વાત્મી ન થતાં બીજાપર આધાર રાખનાર તથા પોતાની માનસિક દુર્બળતા દાખવનાર નીવડશે. પોતાના આત્મબળ ઉપર આધાર રાખી શકશે નહીં, વિકટ અને અધરાં જણાતાં કામો કરી શકશે નહીં, તેમ તે કાંઇ જાતનો સાહસ ખેડી શકશે નહીં, પણ લાચારીથી બીજાઓની સત્તા ને અધિકારમાં તેમને રહેવું પડશે, એટલે પછી દાસત્વ એજ તેમનો સ્વભાવ થઇ પડશે.

નાનાં બાળકો પોતાની ઇચ્છા પ્રમાણે વર્તવા કેટલાંબધાં આતુર હોયછે, તથા તે માટે કેટલીક વાર તેઓ કેટલો બધો આગ્રહ કરેછે, અને તેની મરજી પ્રમાણે ન કરવા દેવાથી તેનું દિલ કેટલુંબધું દુભાયછે, એનો માબાપને શું થોડો ઘણો પણ અનુભવ નથી ? હોય છેજ, અને એ ઉપરથી પણ શું એમ સ્પષ્ટ નથી સમજાતું કે કુદરતે તેમનાં અંતઃકરણમાં સ્વતંત્રપણાનાં અંકુર જન્મથીજ મૂકેલાછે !

બચ્ચાને આજ્ઞાપાલક કરવાં એ ઠીક છે, તેમને એકદમ વધારે પડતી છૂટ ન આપવી એ પણ સારું છે ; વળી તેમની તનદુરસ્તીને હાનિ થાય, ધર્મ કે નીતિનો ભંગ થાય, કે બીજાને નાહક નુકસાન થાય એવાં કામો તેઓ કરવાં માગે તો તેમાં તેમને અટકાવવાં, અને સ્વતંત્રતાનો ગેરઉપયોગ થવા ન દેવો એ પણ ઇષ્ટ છે, પરંતુ તેમનાં કામ તેવાં ગેરરીતનાં ન હોય છતાં તેમાં વખતોવખત માબાપ વગેરેએ વચ્ચે પડવું, અને તમે આમ કરશો નહીં, અને તેમ કરશો નહીં, એવી આજ્ઞાઓ વારંવાર કરીને માબાપે પોતાનાંજ ડહપણુ પ્રમાણે ચાલવાનું તેમને કહ્યા કરવું અને સ્વતંત્રપણે કાંઈપણુ વાજબી કામ કરવાની તેમને છૂટ આપવી નહીં એ કોઈ પણ રીતે પસંદ કરવા લાયક નથી.

સોળ વર્ષના પુત્રને પિતાએ મિત્ર જેવો ગણવેા એમ આપણા ધર્મશાસ્ત્રમાં એક ઠેકાણે કહેવુંછે તેને અનુસરીને બાળકો જેમ જેમ ઉમરે મોટાં થતાં જાય, બુદ્ધિશાળી થતાં જાય તેમ તેમ પોતાનો અધિકાર થોડો થોડો ઓછો કરતાં જઈને તેમને થોડું છૂટ આપવી જોઈએ. આપણે સૌ જાણીએ છીએ કે પોતાનો અધિકાર ઊઠાવાનું સામાન્ય રીતે કોઈ પણ વ્યક્તિને ગમતું નથી; બીજાઓ પોતાની સત્તા તજે ગુલામ સરખા થઈને વર્તે તો સારું એવી મનુષ્યની જાણે પરંપરાથી ચાલી આવતી વૃત્તિ હોયછે. મોટી વયનાં બાળકો પણ પોતાથી નાનાં હોય તેમની ઉપર પોતાની સત્તા ચલાવવા જાયછે, પરંતુ સમજી માણસે પ્રત્યેક કામના



પરિણામનો તથા હક, વગર હકનો વિચાર કરવો એ ન્યાય છે. કેટલાક વ્યાપારી-ઓની પેઠે લેવા દેવાનાં કાટલાં જૂઠાં રાખવાં ન જોઈએ ! દરેક વ્યક્તિ તથા પશુપંખીની તાબેદારી જેવી ને તેવી સ્થિતિમાં સદા કાયમ રહેવી ન જોઈએ. હરેક પ્રાણીને સ્વતંત્રતા સ્વાભાવિક રીતેજ બહુ બહાલી હોય છે, અને તે મેળવવા માટે તે બનતાં પ્રયત્ન કર્યા કરે છે. કેટલાક બાળકોને નાનપણમાં ખૂબ અંકુશમાં, દાબમાં અને ધાકમાં રાખેલા હોય તથા તેમની મરજી પ્રમાણે બનતાં સુધી કાંઈ કામ થવા દીધું ન હોય તેવાઓના હાથમાં મોટા થયે જ્યારે સ્વતંત્ર અખત્યાર આવે છે, ત્યારે તેઓ પોતાને એકદમ મળેલા અધિકારનો ઘણો ગેરઉપયોગ કરે છે, સ્વચ્છંદપણે વર્તે છે, અને તેમાંથી કોઈ વખત વંડી ગયેલા સરખા થઈ જાય છે; તેથી ઉપરમાં સૂચવ્યા પ્રમાણે સારો રસ્તો એજ છે કે બાળકો જેમ જેમ વયમાં વધતાં જાય, કેળવણીમાં જાય અને લાયકાત મેળવતાં જાય તેમ તેમ ક્રમેક્રમે માબાપે પોતાનો અખત્યાર વિવેકબુદ્ધિથી કમી કરતાં જઈ તેમને ઘટતી છૂટ આપતા જવું અને પોતાને માથેથી તેટલો ભાર ઓછો કરવો.

## તડકા છાંયાનો અનુભવ.

માણસને જે તડકા છાંયાનો અનુભવ પ્રસંગોપાત મળે તો તેઓ જીંદગીની હાડતને માટે બહુજ લાયક નીવડી શકે. જે કાળે જેવી પરિસ્થિતિ તે કાળે તેને બધમેસતા થઇ જવાની તજવીજ કરવી એ ડાહપણબરેલું છે. આ જીંદગીમાં કોઇ વ્યક્તિની કે કોઇપણ વસ્તુની સદા એક સરખી સ્થિતિ રહેવાનો સંભવ નહીં સરખો છે. દિવસને અતે રાત, રાતને અતે દિવસ, સુખને અતે દુઃખ, અને દુઃખને અતે સુખ એ પ્રમાણે તડકા અને છાંયો, હર્ષ અને શોક, સંયોગ અને વિયોગ તથા ચડતી અને પડતી વગેરે વગેરે દરેક વ્યક્તિના સંબંધમાં કાળક્રમ પ્રમાણે ફેરફાર થયાજ કરેછે, અને એવા સ્થિત્યાંતરમાં જે મનુષ્ય સમયને ઓળખે તથા તેને અનુસરીને વર્તે તેની સાવધાનમાં ગણના થાયછે. ધૈર્ય અને હિંમત એ મનુષ્યના મનની કસોટી છે.

દુઃખ ને આપત્તિના અનુભવ વગર બહાદુરીની લાગણી કદી પણ ખીલી શકતી નથી. જેઓએ તડકા કદી પણ અનુભવેલો નથી તેઓને શિતળ છાંયાના સુખનો ખ્યાલ આવી શકતો નથી. જેઓ બહુ તડકા વેરૂંછે તેઓને છાંયાની શિતળતા બમણી સુખદાયક થઇ પડેછે, તે મુજબ જેઓ દુઃખ ભોગવેછે તેઓજ સુખની બરાબર કિંમત કરી બાળેછે.

અવારનવાર અકસ્માતથી આવી પડતાં સંકેતો અને વિપત્તિઓ એ માનવ જાતિના મનોબળ, નીતિબળ, બુદ્ધિબળ તથા હૃદયબળની કસોટી કરાવેછે. માણસમાં કુદરતે મૂકેલી વિધિવિધ પ્રકારની માનસિક તથા શારીરિક શક્તિઓનો સારી રીતે ઉપયોગ કરવાનો પ્રસંગ જેટલો મુશ્કેલીના સમયમાં આવેછે તેટલો બીજા કોઇ પ્રસંગમાં આવી શકતો નથી. આપત્તિ એ કુદરતી શક્તિઓનું યથાર્થ લાન કરાવેછે. દુનિયામાં ઘણા પ્રકારની મુશ્કેલીઓ અને વિધ્નો વેઠ્યા વિના તથા તેને ધીરજ, હિંમત અને મુક્તિથી

પારપત કર્યા સિવાય લાગ્યેજ અસાધારણ ફોટો કે નામના મેળવી શકાય છે. મેંદીમાં જેમ લાલી છુપાઈ રહેલી છે, તેમ આફતોમાં પણ લવિષ્મના કેટલાક મહાન લાલ સમાયેલા હોય છે. દુઃખનું પરિણામ સર્વદા દુઃખમાંજ આવતું નથી, સંકટરૂપી શાળામાં અનુભવરૂપી આકરા ઉસ્તાદ પાસેથી જે ઉમદા શિક્ષણ અને બોધ મળે છે તે અંતપર્યંત આપાદ રહે છે. સજીરી, સહન-શીલતા, હિંમત અને ખંત પણ એજ શાળામાંથી શીખાય છે, અને એવાજ ગુણથી માણસ નાના પ્રકારની મુશ્કેલીઓને મહાત કરી શકે છે. દુઃખીઓની અને દુર્દશાવાળાની ખરેખરી દાઝ અને કદર પણ એવાંજ માણસોને હોય છે.

મુશીબતો વેઠનાર અને આફતની આરપાર જનાર એવાં ધણાં સાધારણ બુદ્ધિનાં માણસો પણ દુનિયાંદારીનું ધણું ડાહપણ મેળવે છે; એવાંજ માણસો દુનિયાંમાં સારાં ને ચાહવા લાયક થાય છે, અને તેવામાંથીજ કેટલાંક જણ ભૂતળપર પોતાની અનુકરણીય નિશાનીઓ મૂકી જાય છે.

જૂદીજૂદી જાતની વિચ્છાકળામાં તેમજ ઉચ્ચ પ્રકારના સદ્ગુણોને અંગે ખરેખરો પુરુષાર્થ બતાવી નામાંકિત થએલાંના દ્રષ્ટાંત જોશો તો નાનપણમાં આપતિમાં ઉછરીને મોટી ઉમરનાં યનારમાંથી મળી આવે છે. ઇંગ્રેજોમાં એક કહેવત છે કે “ માણસ નસીબથી મોટા માણસ થઈ શકે છે પણ નસીબના યોગથી તે સારો અને પરાક્રમી માણસ કદી પણ થઈ શકતો નથી. ”

નાનપણમાં નાણા પ્રકરણી બાબતમાં જેઓ ધણીજ તંગ હાલતમાં તથા ખીજની ઓશિયાળી સ્થિતિમાં હોય છે, તેમને દુનિયાંનો જેવો ને જેટલો અનુભવ પ્રાપ્ત થાય છે તેવો ને તેટલો અનુભવ જેઓ મૂળથીજ પૈસેટકે માલેતુઝાર હોય તેમને કદી મળી શકતો નથી. જેઓ ગર્ભશ્રીમંત હોય તેમને નિર્ધનની નબળી હાલતનું સ્વપ્ન પણ આવતું નથી. લૉર્ડ એડ્ડને તો એટલે સુધી કહેલું છે કે “ જેણે ખરેખરી ને અપૂર્વ નામના મેળ-

વધી હોય, તે કેવળ નિર્ધન હોવો જોઈએ; એક પુટી બદામ પણ તેની પાસે હોવી ન જોઈએ !”

બીજાનાં દુઃખ સાંભળવાની હિંમત હોય તેજ બસ નથી, પરંતુ તેવાં દુઃખ પોતાની ઉપર જો આવી પડે તો તેથી નિરાશ કે નાઉમેદ ન થઈ જતાં તેમાંથી મુક્ત થવાનાં અનુકુળ સાધનો ઉભાં કરી તેને મારી હઠાવવાની કાશીય કર્યા કરવી એજ પરિણામે હિતકારક છે. જેઓ દુઃખથી ડરી જાય અને વિપત્તિથી વાંકા વળી જાય તેઓ દુનિયામાં ફતેહ-મારી શાની કરી શકે ?

રંજ વિના ગંજ મળતો નથી; હરકત વિના બરકત થતી નથી; તેમ મહેનત મજુરી વગેરે કામ કર્યા વિના ખડતલ થઈ શકાતું નથી. આ દુનિયામાં માણસોએ માની લીધેલાં સુખ, વૈભવ ને જાહોજલાલીનાં સાધન વધતાં જાય છે અને તેનો માત્ર શોખ અને મજાની ખાતર ભોગતાર લેવાથી માણસ નબળો અને નાણુક થતો જાય છે. એવાં નિર્બળ મનનાં માણસો સંકટનું ફક્ત નામ સાંભળતાંજ ડરી જઈ તે વિષે ફરિયાદ કરવા લાગે છે !

હાલના બાળકોની પરિસ્થિતિ વિષે જો ઉંડા ઉતરીને જોઈએ તો તેઓ જેમ નનથી તેમ મનથી પણ નબળાં થતાં જણાશે. ફેટલાંક છોકરાંનો કોઈ હાથ પકડે તો તે શોષ પડે છે ! સૂર્યનો સાધારણ તાપ, થોડી ઘણી ઠંડી કે મેઘની વૃષ્ટિ વેડવાનો તેમને કોઈ વાર પણ પ્રસંગ મળે છે તો તેઓ વગર ફરિયાદો લાગ્યેજ સહન કરી શકે છે. જરા વધારે પડતી શરદી, ગરમી કે હવાનો ફેરફાર થાય તેની અસર તેમની ઉપર થવા વિના કદાચજ રહે છે. તેઓ નજીવી વાતોમાં પણ વખતોવખત કંટાળી જાય છે. તેમનાં હાડકાં કસાએલાં નહીં હોવાથી તેમજ સહન પણ દુઃખ સહન કરવાને તેઓ ટેવાએલાં નહીં હોવાથી રમત રમતાં સહેજ વાગી જાય તો રડી ઉઠે છે ! એક મુકી પણ સહન કરી શકતાં

નથી અને સામાને મુકી લગાવવા જેટલી હિંમત પણ તેમનામાં હોતી નથી ! તેઓ થોડા બોળ પણ થોડા વખત સુધી ઉંચકી શકતાં નથી. ગાઉ અથવા ગાઉ પણ ખુશીથી પગે ચાલી શકતાં નથી, તો કોઈ નવું કામ માથે ઉઠાવવાની હામ તો ક્યાંથીજ બીડી શકે ? તેઓ “ માંચીમાંના માંકડ ” જેવા રહે છે.

માથાપને ઘટે છે કે પોતાનાં બાળકને એવાં પોચાં પોમલાં ન રાખતાં તેમને થોડાંધણાં પણ ખડતલ બનાવવાનો ચત્ત કરવો જોઈએ, કેમકે તેમની આગળઉપર કેવી હાલત થશે તેની કોઈને ખબર હોતી નથી, અને જન્મથી મરણુ પર્યંત એકસરખી સ્થિતિ કોઈની રહેતી નથી, પણ કાળક્રમથી જળ ઘટમાળની પેઠે અવનવા ફેરફાર સ્વાભાવિક રીતે થયા કરે છે એટલું તો મોને સુવિદિત છે.

## વ્યાવહારોપયોગી કેળવણી.

જેઓ માત્ર પુસ્તકપાઠિત થયા હોય તેના કરતાં દુનિયાના સામાન્ય વ્યાવહાર તથા કામકાજમાં નિપુણ થયેલા હોય તેઓ સંસારમાં વધારે ઉપયોગી થઈ શકે છે. લણેલાની સાથે ગણેલા થવાની ખાસ જરૂર છે. કામકાજના મહાવરાથી જેવી કાબેલીયત મળે છે તેવી ફક્ત પુસ્તકપાનાના અભ્યાસથી કદીએ પ્રાપ્ત થઈ શકતી નથી. ઘણું વાંચવાથી માણસ ઘણું જાણે પણ તેથી સંસારવ્યાવહારના કાર્યમાં ઉપયોગી થઈ પડે તેવું દુનિયાંદારી ડાહ્યપણુ મેળવી શકે એમ લાગ્યેજ બની શકે. સંસારમાં વખતોવખત કામ લાગે તેવું જ્ઞાન જે તે કામના અનુલવની શાળામાંથીજ પ્રાપ્ત થાય છે; એવી શાળામાં જેઓ સારી પેઠે પગોટાએલાં હોય છે એમાંથી ખરાં શાણાં, ખરા માણવાળાં, બહુજ છાનીવાળાં તથા કાળખળને જાણવાવાળાં મોટી સંખ્યામાં નીકળી આવે છે.

લોકો સાથે બેળાયા વગર તેમના સાથે શી રીતે વર્તવું તે શીખાતું નથી. વ્યાવહારિક કુશળ માણસોનાં સીધાં સમાગમમાં વખતોવખત આવ્યા કરવાથી જેવી વ્યાવહારિક કુશળતા સાંપડે છે તેવી કુશળતા માત્ર સાંભળ્યા વાંચ્યાથી પ્રાપ્ત થઈ શકતી નથી. નિશાળની કળવણી જેમ નિશાળમાં મળે છે તેમ વ્યાવહારિક કળવણી બહારની દુનિયામાંથી વધારે સારી રીતે સંપાદન કરી શકાય છે. લોકો જોડે વ્યાવહારમાં આવીએ તો વ્યાવહારિક શિક્ષણ સહજ સાંપડે છે. જે વ્યાવહાર સમજે છે તે પોતાની દરજ્જા પણ સારી રીતે સમજે છે. બાળકને ઘરમાં ગોંધી રાખી તરખીયત આપ્યાથી વ્યાવહારિક બુદ્ધિ આવતી નથી પણ માત્ર ઘર સંબંધીની જ બુદ્ધિ આવે છે. વ્યાવહારિક જ્ઞાનની જેમનામાં ખામી હોય છે તેવાઓને છેતરવામાં ખંધા માણસો ધણી વાર ફાવી જાય છે.

ઘરનું તેમજ બીજું વ્યાવહારિક કાર્ય કરવામાં નાનપણમાં જન્મો દેવાએલાં હોતાં નથી તેમનામાં પછી તેવું કામ કરવાની આવડત તથા ત્વરા મોટી વય થયે આવી શકતી નથી, તેથી તે ડાળ જેવાં દેખાય છે. તેમને બતાવેલું વ્યાવહારિક કામ કરવું એ અડવું અડવું લાગે છે તથા તેઓ જો કરવા જાય છે તો તે તેમને ફાવતું નથી, અને અભ્યાસની ખામીને લીધે બરાબર આવડતું પણ નથી. એવા મૂળથી મહાવરા વગર વ્યાવહારિક કામમાં તેઓ મોટા મીડાં જેવા રહે છે ! ચતુર પ્રેક્ષકો સહેલાઈથી તેમને કળી કાઢે છે. અનુલવ કર્યા વગર કદી અનુલવી થવાતું નથી, અને જે તે વાતના અનુલવ વગર સર્વે કાચું સમજવું. તરવાનું શીખવા માગતા હોય તેમણે પાણીમાં પડવું જોઈએ. ગાવાનું શીખવા ઇચ્છનારે ગાવું જોઈએ. હરકોઈ કામ શીખ્યા વગર આવડતું નથી. અનુલવથી જે જાણવામાં આવે તે અંતરથી ખસતું નથી. આ પ્રમાણે હોવાથી પ્રસંગે પ્રસંગે ઘરનાં તથા બહારનાં જાતજાતનાં કામ કરવાની અને પોતાનાં હસ્તકર્તાં પૈસાનો હિસાબકિતાબ રાખવાની માયાપે બાળકોને નાનપણથી ટેવ પાડવી

જોઈએ. જોઈએ નાનપણથી ધરકામ અને બહારનું બીજું વ્યાવહારિક કામ માથે પડે તેઓ તેમાં બહુ ઘડાઈ જાય છે—ટેવાઈ જાય છે તથા પાછળની જીંદગીમાં એ અનુભવ તેમને બહુજ ઉપયોગી થઈ પડે છે, તથા એવું ગમે તે કામ કરવાનો પ્રસંગ આવે છે તેમાં તેમને કશું મુંઝવણ સરખું થઈ પડતું નથી.

દરરોજ સામાન્ય રીતે વપરાતી ધરમથુ ચીજોની જાત બાળકોએ જાણખવી જોઈએ. શાકભાજી, ફળ અને ગંધીઆણું વગેરે બજાર લાવતાં શીખવું જોઈએ. તાજી ચીજ કે વાસી ચીજ છે તેની પરીક્ષા કરતાં આવડવું જોઈએ. બજારમાં તેનો સામાન્ય લાવતાલ શું ચાલે છે, કઈ કઈ ચીજ કઈ મોસમમાં નવી આવે છે, પોતાના ગામના કયા વેપારી ધંમાનદાર છે, કયા વેપારીની શાખ સારી કહેવાતી નથી તે સાધારણ રીતે તેઓએ જાણવું જોઈએ. બજારમાંથી વેચાતી આણેલી ચીજ વજનમાં બરાબર છે કે ઓછી વધતી છે તેની ખાતરી કરવા કોઈ કોઈવાર તે ચીજ તેમણે ઘેર જોખી જોવી જોઈએ, તેમજ સામાન્ય ચિટ્ટીચપાટી લખતાં શીખવું જોઈએ.

અમુક ચીજ ઉંચકીને તે આશરે કેટલા વજનની હશે, ટોપલીમાં ફળ પડ્યાં હોય તે અંદાજે કેટલાં નંગ હશે, અમુક ખેડેલાં વચ્ચેનું અંતર આશરે કેટલું હશે અને અમુક ચીજ આશરે કેટલી લાંબી પહોળી હશે એવું એવું માત્ર જાતિઅનુભવથી તેઓ અટકળી શકે એ પણ એક કેળવણી છે.

લેખાંતી કુચીઓ માત્ર ગોખાન્યાથી તે જાઝી મુદત મુધી યાદ રહેતી નથી, પરંતુ બાળકો ન્યારે એવા વ્યાવહારમાં પડે ને એનો અનુભવ મેળવે ત્યારે તે તેમને બરાબર યાદ રહે છે તથા તેનાં કારણ પણ સમજે છે.

## હુન્નર, વ્યાપાર વગેરે સ્વતંત્ર ધંધાસંજ્ઞા.

સામાન્ય રીતે જોતાં મનુષ્યની બુદ્ધિનું કુદરતી વલણ એકજ પ્રકારનું જોવામાં આવતું નથી, તેથી અમુક એક પ્રકારના ધંધાધાપામાં બધાં માણસો ઉન્નત થઈ શકે તેવું કદી બનતું નથી. એક વ્યક્તિને એક પ્રકારનો ધંધો રમતો હોયછે તો બીજી વ્યક્તિને બીજી જાતનો ધંધો માફક આવતો જણાય છે; માટે જે વિષયના ધંધા પ્રત્યે જે માણસનું સ્વાભાવિક વલણ, વૃત્તિ કે શોખ હોય તે વિષયનો તેને જો વખતસર મહાવરો કરાવવામાં આવે તો તે બાબતનું જ્ઞાન અને અનુભવ તે સહેલાઈથી સંપાદન કરી શકે, પરંતુ જે ધંધો તેના સ્વભાવને પ્રતિકુળ હોય અથવા તે કરવાની તેનામાં શક્તિ ન હોય તો તેવા ધંધા પ્રત્યે તેમને કદી પણ પ્રીતિભાવ પ્રકટતો નથી કે અભિરૂચિ ઉત્પન્ન થઈ શકતી નથી. જો કે કામ કામને શીખવેછે, પોતે ધારણ કરેલા ધંધામાં ધીમેધીમે અનુભવ ને અભ્યાસથી જ્ઞાન પડતું જાયછે; પરંતુ એ કામને અંગે સ્વાભાવિક બુદ્ધિ ને રૂચીવાળા જેટલે દરજ્જે ફાવી શકેછે તેટલે દરજ્જે તેના પ્રત્યેની વગર રૂચીવાળા ફાવવાનો સંભવ ધણો ઓછો રહેછે.

અમુક માણસનું બેજીં ચાંત્રિક કળાને લાલક હોય તેને ભાષા શાસ્ત્રી બનાવવાની માથાકૂટ કરવી એ જેમ નિષ્પયોગી છે, તેમજ ભાષાશાસ્ત્રી થઈ શકે એવા મગજની કુદરતે જેને બક્ષીસ કરેલી હોય તેને મારી મચરડીને ચંત્રશાસ્ત્રી બનાવી દેવાના ઉપાય આદરવા એ પણ પરિણામે તેટલુંજ અનિષ્ટ છે.

વસ્તુસ્થિતિ આ પ્રમાણે હોવાથી પોતાના સંતાનની વલણ ને વૃત્તિ કયા પ્રકારના હુન્નર ઉદ્યોગ વગેરે તરફ છે તેનો બરાબર ખ્યાલ આવવા સાથે તેને જુદાજુદા પ્રકારનાં કારખાનાં વગેરે જોવા માટે અવકાશો લેઈ જવાં જોઈએ, તથા તે ઉપરથી તેના મનનું વલણ તપાસી તેની રૂચીવાળા ધંધાની તેને જો તાલીમ આપવા કે અપાવવામાં આવે તો તેમાં તે



દીપી નીકળવાનો ધણો સંભવ છે, પરંતુ કુદરતી વલણથી વિરૂધ્ધ હોય એવા ધંધાધાપામાં તેને જે જોડવામાં આવશે તો તેમાં તે વખાણવા સરખી કુશળતા અને કામેલીયત કદીપણુ પ્રાપ્ત કરી આગળ પડતો ભાગ લેઈ નહીં શકે.

પ્રખ્યાત શ્રીક્રમ્ સુદ્ધ પ્યોટાએ એક વખતે કહ્યું હતું કે સોક્રેટીસે કરીને દાખલે છોકરો હતો તે કહેતો કે “મારી મા તેના ધંધામાં ધણીજ હોશિયાર છે, તે છતાં જે ધિરી ગર્ભવંતિ ન હોય તેને તે બચ્ચું જણાવી શકતી નથી.” તેજ પ્રમાણે જે માણસમાં અમુક બાબતની બુદ્ધિ કે સ્વાભાવિક વજ્રણુ ન હોય તેને તે વિષયનું ઉપયોગી થઈ પડે તેવું જ્ઞાન હું આપી શકતો નથી.

દરેક માબાપને ઘટેછે કે તેઓ પોતાના દીકરાને સારી રીતે ભણાવવાની તથા તેને પરીક્ષામાં પાસ કરાવવાની જેટલી કાળજી રાખેછે, તેટલીજ કાળજી ચાલતા જમાનાથી જ્ઞાત રહીને તેમના મગજને રચતા ક્રાંતિપણુ ઉપયોગી હુન્નરઉદ્યોગની કેળવણી નાનપણથીજ તેને આપવા-અપાવવાની તજવીજ કરવી જોઈએ. એવું હુન્નર-એલમનું જ્ઞાન સ્વતંત્ર રીતે ઉદરપોષણ કરવાનું જેમ સાધન છે, તેમ અડીભીડીને વખતે તે એક હથિયારરૂપ પણ છે. સુધરેલા મુલકમાં રાજ-આદશાહ તેમજ બીજા અનેક મોટા માણસો પણ પોતાને પસંદ હોય તેવા અમુક હુન્નરમાં પ્રવીણતા મેળવેછે.

આપણા નામદાર શ્રીમાન શહેનશાહ પાંચમા જ્યોર્જ સાહેબે વહાણ પર રહીને ખલાસીના કામમાં ધણી પ્રવીણતા પ્રાપ્ત કરેલીછે. સ્વીડનના રાજા કડીયા કામમાં હોશિયાર છે. ઇટાલીના મરહુમ રાજા ઉમદા બૂટ શીવી શકતા હતા. મુશિયાના રાજા પહેલા ફ્રેડ્રીક વીલીયમે કહ્યું હતું કે—“દૈવયોગે હું કદાપિ મારું રાજ્ય તથા મારી બીજી સર્વ ધનસંપત્તિ ખોઈ બેસું તોપણ મારા રંગવાના હુન્નરથી હું મારું પોતાનું તેમજ મારા કુટુંબનું ગુજરાન આપરથી ચલાવવાને શક્તિવાન છું.”

કોઇપણ પ્રામાણિક ધંધાને હલકો ગણવાનો નથી, અને જરૂર પડે તો એવો સ્વતંત્ર ધંધો પ્રામાણિકપણે કરવાથી પોતાનો દરજ્જો ધરી જવાનો નથી, તેમજ અમુક હુન્નર આપણાથી કેમ શીખાય એમ ધારવું એ પણ કાઠપણુ ભરેલું નથી.

સુધરેલા દેશમાં માણસો પોતાને મનગમતો ગમે તે ધંધો કરી શકે છે. એક બાપના એકથી વધારે દીકરા હોય તો તેમાંથી કોઇ સુતાર થાય, કોઇ લુહાર થાય, કોઇ મોચી થાય, કોઇ ધડીયાળી થાય, તો કોઇ વ્યાપારી થાય ! મતલબ જેને જે ધંધો ફાવે તે એ ખુશીથી કરી શકે છે. મનને રચતો ન હોય તોપણ કૂળનોજ ઉલ્લભ કરવો એવો દુરાગ્રહ કે ખોટી શરમ તેમનામાં નથી. આપણા દેશમાં એથી ઉલટોજ રીવાજ છે. અહીં રચિ અનુસાર ધંધાની પસંદગી કરવામાં નથી આવતી. સુતારનો દીકરો સુતાર, લુહારનો દીકરો લુહાર, મોચીનો દીકરો મોચી અને ધાંચીનો દીકરો ધાંચીજ રહે છે. એવા રીવાજને લેઇને ધોખીનો દીકરો દરજી કે દરજીનો દીકરો મોચી, કે હળમનો દીકરો સુતાર થઇ શકતો નથી !

ચાહુદી લોકો પોતાના છોકરાને કોઇ પણ હુન્નર શીખવતા હતા, અને તેમ કરવામાં કસુર કરવી એ, તે છોકરા પ્રત્યે તેમજ પ્રભુ પ્રત્યે ગુન્હો કર્યા સરખું તેઓ ગણતા હતા.

અમેરિકામાં ધણા શ્રીમંત માણસોના દીકરાઓ પોતાને મનપસંદ કારીગરીના કારખાનાઓમાં જઇને તથા ત્યાંના મજૂરો સાથે રહીને અમુક હુન્નરની તાલીમ લે છે, અને કાયદાની રજવાળા હાથ, મોટું ને કપડાં સહિત સાંજે પાછા ઘેર જાય છે, તેમાં તેઓ જરાએ શરમાતા નથી.

આઇતી દોલત કરતાં વિદ્યા, હુન્નર અને વ્યાપાર વગેરેની કિંમત સંકટો ગણી વધારે છે. નસીબનું ચક્ર કોઇ વાર અવળું ફર્યાથી ઘરમાંથી નાણું ધણીવાર ચાલ્યું જાય છે પણ શીખેલો હુન્નર જીંદગી પર્યંત જતો નથી. જેને અમુક હુન્નર ધંધાનું જોઇતું જ્ઞાન છે, તે તેની ખરેખરી

દોલત છે. હુન્નર એ એક ખળનો છે. વળી તે દેશનું ખરેખરં જીવન છે. હરકોઈ દેશની આર્થિક સ્થિતિ સુધારવાનું હુન્નર કળા સરખું ખીણું કોઈ સમળ સાધન નથી. જ્યાં ધંધો છે ત્યાં ધન છે, અર્થાત્ હુન્નરી માણસ કદી જૂએ મરતો નથી.

સાધારણ શુદ્ધિના માણસોએ માત્ર સાક્ષર થવા માટે વર્ષોનાં વર્ષો તે પાછળ વ્યતિત કરવા કરતાં પોતાની માતૃભાષા તથા ઇંગ્લેજ ભાષાનું સામાન્ય જ્ઞાન મેળવી લોકોપયોગી કોઈ હુન્નરઉદ્યોગ હાથ કરી તેવો ધંધો કરવા લાગે તો તેથી તેમને સ્વતંત્રપણે રોજ મળી શકે છે, તેમજ કોઈના ઊણા ઓશિઆળા રહેતું પડતું નથી.

સ્વતંત્ર હુન્નર ઉદ્યોગના દરવાજા સર્વને માટે સદા ખુલ્લા છે; એવા ધંધો રોજગારનું મેદાન બહુ વિશાળ છે. “મારે તેની તરવાર” સરખું છે. કોઈ ઉપયોગી હુન્નર હાથ કર્યો હોય તો તે ગમે ત્યાં જઈને કરી શકાય છે, અને એવા હુન્નરી માણસોનો લોકો ઘેર બેઠાં ભાવ પૂછતા આવે છે. ખરે પુરુષાર્થ, ખરં મહાલક્ષ્મીનું તેજ કોઈ ઉપયોગી હુન્નર કારીગરીના સ્વતંત્ર ધંધામાં તેમ વ્યાપાર રોજગારમાં છે; વળી એવા સ્વતંત્ર ધંધાધાપામાં શુદ્ધિની કસોટી થાય છે, તેનો વિકાસ થાય છે તથા ઝીણામાં ઝીણી ઘણી આવતો જાણુવી તથા તે હંમેશાં નજરમાં રાખવી પડે છે, તેમજ લાભ હાનિની તુલના ત્વરિત કરી લેવી પડે છે, પણ નોકરીમાં એવો અવકાશ ભાગ્યેજ મળે છે. નોકરી ચાકરી એ એક રીતે જોતાં નસીબનો વિક્રય છે.

નોકરીના-દાસત્વના દરવાજા ધણીને માટે બંધ હોય છે, અથવા કારણસર તે કોઈ કોઈવાર બંધ થઈ જાય છે. ગમે તેવી હલકી નોકરીને માટે પણ ગરજ થઈને જ્યાં ત્યાં રખડવું પડે છે, લાચારી ભોગવવી પડે છે તથા દીનતા દર્શાવવી પડે છે. કારકૂની જેવી કનિષ્ઠ નોકરીમાં શુદ્ધિ તથા તર્કશક્તિને કેળવવા માટે જોઈતો અવકાશ ભાગ્યેજ મળી

શકે છે. હિંમત અને ચાતુરી તેમજ દૈવત અને દીર્ઘદષ્ટિ દર્શાવવાના પ્રસંગ પ્રમાણમાં બહુ ઓછા મળી શકે છે.

“ ભીખનાં હાલમાં કદી શીંકે ચડતાં નથી. ” એમ આપણે કહીએ છીએ, તોપણ જેમ “ રડીની નજર હડીમાં તે હડીમાં ” તેમ ગમે તેવી નાના પગારની પણ સરકારી નોકરી મેળવવાની હાલમાં હાલના વખતમાં બહુ વધી ગયેલી જણાય છે. એવી હલકા પગારની સરકારી નોકરીમાં જાઓ દમ રહેલો નથી, તોપણ કાળે કરીને તે લોહચુંબક જેવી, જાદુ જેવી અથવા વશીકરણ જેવી આજે થઈ પડી છે. અમે ભણ્યા ગણ્યા, અમને હવે નોકરી જોઈએ છીએ એવો પોકાર આપણા દેશમાં જ્યાં ત્યાં થઈ રહેલો કળંગોચર થાય છે.

સુતાર, લુહાર, કડીયા અને હજમ વગેરે કારીગરના છોકરાઓએ સ્વદેશી અને ઇંગ્રેજી ભાષાનું ભાષ્યુંતુટ્યું થોડું જ્ઞાન મેળવ્યું, એટલે પછી તેમને પોતાનો સાત પેઢીનો ધંધો આંખના પાટા સરખો આકરે લાગે છે. એવું કાંઈ થોડું ભણતર ભણ્યા એટલે પછી બાપીકા ધંધો રાજગાર કરતાં તેમને ઘણી શરમ આવે છે ! પોતાના ગમે તેવા ફળદ્રુપ ધંધાને પણ તેઓ હલકો ગણે છે, તથા તે કરવાની તેમનાં મનમાં કાયરતા ઉત્પન્ન થાય છે, એટલે નોકરી માટે જ્યાં ત્યાં ફાંફાં મારે છે, અને સારા પગારની નોકરી જ્યાં માત્ર એક ખાસી થાય છે ત્યાં તેને માટે એકાબત અરજીઓ આવે છે ! અને નબળા નસીબે નોકરી બાંધતો જોગ ક્યાંયથી પણ જો થતો નથી તો “ ધોળીનો કૂતરો નહીં વાઢનો કે નહીં ઘાઢનો ” એ પ્રમાણે “ અત્તો ઋષ્ટ તત્તો ઋષ્ટ ” સરખું થતાં તેઓ પોતાના દેશને નિરૂપયોગી થઈ માથે પડ્યા સરખી સ્થિતિ ભોગવે છે. ભણીગણીને જો તેઓ પોતાના બાપદાદાના ધંધામાં કાંઈપણ સુધારો વધારો ન કરે તો પછી તે ભણતરનું ફળ શું ?

એ પ્રમાણે ખેડૂત કે કારીગરનો છોકરો હાલમાં નિશાળમાં થોડું ભણતર ભણ્યો એટલે તેના બાપીકા ધંધામાંથી તે ઓછો થયા સરખું બને છે.

એવા છોકરા નિશાળમાં વધારે મુદત રહ્યાથી, તે પછી પોતાનો ફૂળઉઘમ કદાચજ કરેછે એટલે તેમના આપીકા ધંધાની તેમનામાં લાયકાત ઘટતી જાયછે; એ પ્રમાણે થતું હોવાથી ધણા ખેડૂતો તથા કારીગરો પોતાના છોકરાઓને નિશાળમાં ભણવા મોકલવાને અંતઃકરણથી ખુશી હોતા નથી.

બાળકને ચિત્ર કામ Drawing અને નમુના કામ Modeling નું જ્ઞાન મળવું જોઈએ, તેમજ તેમણે પોતાનો ફૂળઉઘમ જે હોય તે શીખવાની સાથે બીજો કોઈ પણ પ્રકારનો મનગમતો ઉપયોગી એકાદ હુન્નર બરાબર હાથ કરવો જોઈએ. કપડાં શીવવા સરખો હુન્નર આવડતો હોય તો તે પણ ધણો ઉપયોગી થઈ પડ્યા વગર રહેતો નથી.

બાપદાદાથી ચાલ્યા આવતા હુન્નર, ઉદ્યોગ વગેરેમાં સુધારો વધારો કરવા માટે, ધંધા રોજગાર કે ઉંચા દરજ્જાની નોકરીમાં જોડાવા માટે અથવા પોતાનો વ્યાવહાર સરળતાથી ચલાવવા માટે પોતાની પ્રજાને ઇંગ્લેજ ભાષાનો સારી રીતે વિદ્યાબ્યાસ કરાવવો એ બહુ જરૂરનું છે, કેમકે તે ભાષાના પુસ્તકો વગેરેથી ઉદ્યોગ હુન્નરને લગતી જાણવાલાયક-શીખવા લાયક એવી ઘણી બાબતોનું જ્ઞાન સહેલાઈથી મેળવી શકાયછે તેથી એ ભાષા જેઓ સારી રીતે બોલતાં લખતાં શીખે તેમનાં ધંધાનું ક્ષેત્ર બહુ વિશાળ થઈ શકેછે, અર્થાત્ દુનિયાના ધણા ભાગમાં તેમને પોતાનો ધંધો કરવાનું ઘણું સાનુકુળ થઈ પડેછે.

આપણા દેશના ખેડુ તથા કારીગરો બહુ ભાગે અભણ ને અજ્ઞાન રહેવાથી તેઓ પોતાના ધંધામાં આગળ વધી શકતા નથી, તેમજ પોતે એવી કેળવણીમાં કેટલા બધા પછાત રહી ગયાછે તે પણ જાણી શકતા નથી; તેઓએ બાપદાદાથી, પેઢી દરપેઢીથી પોતાના ધંધાને લગતું જેટલું જ્ઞાન મેળવ્યું હોય તેમાં કશો સુધારો વધારો કરવાને તેઓ શક્તિવાન થતા નથી, પણ જો હાલના જમાનાને અનુસરતી કેળવણી લેઈ તેનો મથાર્થ ઉપયોગ કરે તો તેથી તેમને ધણા પ્રકારના લાભ પ્રાપ્ત થયા વિના રહે નહીં.

જીંદગીમાં સમજા માણસની હમેશાં સરખી સ્થિતિ રહે એવા સંભવ નથી. ઘણી વાર ધનસંપત્તિ જતી રહેછે, અને અનેક પ્રકારની વિપત્તિ અચાનક આવી પડેછે, તેમજ કૂળઉદ્ભવ કે નોકરી હોય તે નષ્ટ થાયછે તેવા પ્રસંગમાં જો તેમની પાસે કોઈ ઉપયોગી ચંદ્ર પડે તેવો હુન્નર હોય તો તે તેમને અતિશય સહાયજૂત અને ઉપકારક ચંદ્ર પડ્યા વિના રહેતો નથી.

## નાગરિક.

નાગરિકતું પદ જેવું તેવું નથી પરંતુ તે બહુ ગૌરવતું, બહુ મહત્વનું તેમજ બહુ માનવંતું છે. સ્વદેશની તથા સમાજની તન, મન અને ધનથી યથાશક્તિ તથા અંતઃકરણપૂર્વક સેવા કરવી એ પોતાનું કર્તવ્ય સમજે એવા ઉત્તમ નાગરિકો સંખ્યાબંધ નિવડ્યા વિના કોઈ પણ પ્રજાના ઉદયની પ્રગતિ કદી પણ થઈ શકતી નથી.

કેળવણીનો ખરેખરો ઉદ્દેશ લાયક નાગરિકો પેદા કરવાનો છે. દેશનાં પુત્ર તથા પુત્રીઓ પોતાની જન્મભૂમિને પરમ પ્રિય માતા સમજી તેના પ્રત્યે અપૂર્વ મમતા તથા દૈવી પ્રેમ દર્શાવે, તથા તેનું ઋણ પોતાની ઉપર સદા રહેલુંછે એમ સમજી માતૃભૂમિની પ્રતિષ્ઠા જાળવવા માટે ગમે તેવો સ્વાર્થ-ત્યાગ કરવો પડે તેમજ ગમે તેવો અંગત ભોગ આપવો પડે તેમાં પાછળ હટે નહીં, વર્ણ, નાતજાત, કોમ કે ધર્મ વગેરેનો તકાવત નહીં ગણતાં સમભાવના રાખી સ્વદેશીઓને અંતરના ઉમળકાથી, બ્રાતૃભાવથી સદા ચાહે તથા તેઓનું હિત કરવા, તેમની હાજતો પૂરી પાડવા અહરનીશ ઉત્સુક રહી તેમાં પોતાનો હિસ્સો આપવાનો બનતો ચલ કરે એવાં સદ્ગુણસંપન્ન સત્પુરુષો અને સન્નારીઓજ નાગરિક નામના ઉત્તમ ખીરદને પાત્ર છે. જે માનવી સ્વદેશ પ્રત્યેની પોતાની ફરજ બજાવે નહીં તે નાગરિક હોવાનો દાવો ખીલકુલ રાખી

સકે નહીં; તેમજ જેઓ પોતાની જાંદગી અન્યને થોડીધણી પણ ઉપકારક થાય તેવા ઉદ્દેશથી તેનો ઉપયોગ કરે નહીં તે ખરો ગૃહસ્થ કહેવાય નહીં.

દેશમાં રાજસત્તા હોય તો રાજસત્તા તરફ, પ્રજા સત્તા હોય તો પ્રજા સત્તા તરફ અથવા રાજા-પ્રજા સત્તા હોય તો તે તરફ હમેશ વફાદાર રહેવાની, તેના કાયદા કાનુનને માન આપવાની, તેમજ સ્વદેશના સાર્વજનિક હિતને માટે યોજેલા કાર્યમાં ખરા દિલથી સહાય થવાની પ્રત્યેક શહેરીની ખાસ ફરજ છે. જે દેશના સારા રાજકારોબારનાં સારાં ફળોનો લાભ લેવાનો તેમને હક છે તો તેજ પ્રમાણે દેશના ઉત્કર્ષને માટે સામાજિક સેવા કરવાનો પણ તેમનો ધર્મ છે, તેને અનુસરીને સ્વદેશ તથા સ્વદેશીઓના અભ્યુદય અર્થે, તેમનો મહિમા વધવા માટે ઉપસ્થિત થતી અનેક પ્રકારની હીલ-આલને અંગે નાગરિકોએ અરસ્પરસ બંધુભાવ રાખી હાથમાં હાથ મેળવી અને ખલા સાથે ખલા લગાડી તેવા પ્રયત્નો પાર પાડવા મથવું જોઈએ, અને તેમ કરતાં લોકો વંદે કે નિંદે, વખાણ કે વખોડે તેની તેમણે કશી પરવા ન રાખતાં જે વાજબી લાગે તે કરવામાં પાછી પાની કરવી નહીં જોઈએ.

સ્વદેશમાં શારીરિક, માનસિક, આત્મિક, આલોગિક અને કૃષિ આદિની કેળવણી સારી રીતે વધે, કારીગરોને પૂરતું ઉત્તેજન મળે, નિર્ધમીઓને ધંધો રોજગાર જડે, હાનિકારક રીતરીવાજો દૂર થાય, લોકોની રહેણીકરણીમાં સુધારો થતો જાય, એક બીજામાં સંપ વધે, કુસંપ થતો અટકે, નિર્જાળ તથા નિરાશ્રિતને યોગ્ય સહાય મળે, હક-દારના હક નહીં કુખતાં તેનું સંરક્ષણ થાય, દગાફટકા, અપ્રમાણિકપણા, તેમજ જૂદીજૂદી જાતનાં દુર્ગુણો અને દુર્વ્યસનોનો અટકાવ થાય, જૂદાજૂદા પ્રકારના પરાંપકારી કાર્યોની સંસ્થાઓ સ્થાપન થાય એવા એવા અનેક જાતનાં દેશોદયનાં કામમાં પ્રવૃત્ત થવું એ નાગરિકોનું કર્તવ્ય છે, તેમાં પૈસાદારે પોતાના પૈસા વગેરેથી, વસીલદારે પોતાના વગવસીલાથી અને ગરીબોએ પોતાની જાતમહેનતથી સ્વદેશની સેવા કરવામાં

પોતાનો કાજો આપવો જોઈએ. જેમ કેળવણીના પ્રકારનો પાર નથી તેમ સ્વદેશની સેવાની સંખ્યાનો સુમાર નથી.

ઇંગ્લાંડના નૌકાધપતિ નેક્સને પોતાના લશ્કરી વાવટા ઉપર ધણું મહત્વના શબ્દો લખ્યા હતા કે “પ્રત્યેક ઇંગ્લેજ પોતાની ફરજ બરાબર બજાવશે એમ ઇંગ્લાંડ આશા રાખે છે.” ઇંગ્લેજ લોકો પોતાના સ્વદેશ પ્રત્યેની જવાબદારી તથા ગંભીર ફરજ સારી રીતે સમજતા હોવાથી તેઓ તેની પ્રતિષ્ઠા બજાવવાના પ્રસંગ મળતાં પોતાની ફરજ બજાવવામાં ધણોજ ઉત્સાહ અને આગ્રહ રાખતા જણાય છે તે બહુજ પ્રશંસાને પાત્ર છે.

માત્ર ‘પોટાબા’ નું પોષણ કરે તેવા શીખેલા ભણેલા કરોડો લોકો હિન્દમાં વસે છે પણ ઉત્તમ નાગરિક તરીકેની પોતાની કારકીર્દી ખૂબ દીપાવે તેવાં મનુષ્યો બહુજ ઓછા-ગણ્યાગાંઠ્યાજ નેવામાં આવે છે એ પ્રજામતને જોઈએ તેવી રીતે નહીં કેળવ્યાનું પરિણામ છે.

માત્ર ભારતીય સરખાં કે બીજાને બોબરૂપ થઈ પડે તેવાં માણસો દેશની ઉન્નતિને માટે કશા કામનાં નથી પરંતુ ઉલટાં તેઓ એક અંતરાચરૂપ થઈ પડે છે. એ પ્રમાણે હોવાથી હિન્દી બાળકો ભવિષ્યમાં સ્વદેશને તથા સમાજને બહુ ઉપયોગી થઈ પડે તેવા પ્રકારે તેમને કેળવવાની યોજના થવી એ ઇષ્ટ છે.



## દોષારોપ.

ધણાં ખરાં-લગલગ સઘળાં માણસોમાં એવી ટેવ જોવામાં આવે છે કે પોતે કાંઈ દોષ કર્યો હોય અથવા પોતાથી કાંઈ ખોટું કામ થઈ ગયું હોય તો તે ખૂદ પોતે કરેલ છે એમ અંગિકાર કરવાને તેઓ કદી ખુશી હોતાં નથી, પરંતુ તેનો ટોપલો ખીંજીને માથે દોળી પાડવાનો અવકાશ હોય કે ન હોય તોપણ તેમ કરવાનો પ્રયત્ન કર્યા વગર તેઓ ભાગ્યેજ રહે છે, અને કાંઈ નહીં તો છેવટ પોતાના શરીરના કોઈ અવયવ અથવા પોતાની કોઈ શક્તિ વગેરેનો તે બદલ વાંક કાઢીને પોતે એ દોષથી મુક્ત રહ્યાનું મનસ્વીપણે માની લે છે !

જેમ કાનને દોષ છે, હસ્તદોષ છે, દષ્ટિદોષ છે, શુદ્ધિદોષ છે, સરત-ચૂક છે અથવા નજરચૂક છે ! પરંતુ અમુક વાતમાં ખૂદ પોતાનોજ વાંક છે એમ તેઓ પોતાના કાનની છુટ પકડીને કવચિત્તજ કબૂલ કરે છે ! જે બહેર હોય છે તે પોતે બહેર છે એમ ચોખ્ખું કહેવાને ખુશી હોતાં નથી પણ પોતે ધ્યાન બહેરે કે ધ્યાન બહેરી છે એમ કહે છે, એટલે પોતાનું જ્યારે બોલનાર તરફ ધ્યાન હોતું નથી ત્યારેજ પોતે સાંભળતાં નથી, સિવાય પોતે સાંભળ્યા વગર રહેતાં નથી ! એમ સમજાવવાની તર્જવીજ કરે છે ! મનુષ્યની એવી ટેવ પરંપરાથી ચાલી આવતી લાગે છે.

કોઈ કોઈ બાળકમાં એવી ખાશીયત જોવામાં આવે છે કે તેને જે કામ કરવાનું કહે છે તેથી તે વિરુદ્ધ કરે છે; દાખલા તરીકે-ઘરમાં અમુક જગાએ પ્યાલો પડ્યો છે તે તું અહીં લઈ આવીશ નહીં એમ તેની મા એવા બાળકને કહે તો તે રાજી થતું જટ ઘરમાં દોડી જઈને ત્યાંથી તે પ્યાલો લાવીને તેની સન્મુખ મૂકે છે ! અને તેને કોઈ પ્રસંગે એમ કહેવામાં આવે કે આ રકાખી અહીં પડી છે તે ઘરમાં પેલા કબાટ નીચે તું મૂકી આવીશ નહીં; એ પ્રમાણે તે સાંભળતાંજ એ રકાખી ત્યાંથી લાગણુ ઉચકીને તે કબાટ નીચે તુરત મૂકી આવે છે ! એવી તેની ખાશીયતનો લાલ કે-ટલાંએક માળાપ કળવકળથી તે પ્રમાણે લે છે, ને પોતાનું મનઘાયું કામ તે રીતે

તેની પાસે કરાવેછે પરંતુ એ બાળક ઉંધું છે, અવળચંડુ છે, એમ કહીને તેની અવગણના કરતાં નથી. બાળકની એવી ખાશીચત કાંઈ લાંબા વખત સુધા કાયમ રહેતી નથી. મોટાં થયાં પછી તેઓ એ પ્રમાણે કદી કરતાં નથી, પણ માબાપની આજ્ઞા અન્યથા અમલ કરેછે.

એ પ્રમાણે વિરખ કરવાની ખાશીચત કુકરમાં સ્વાભાવિક રીતે હોયછે. કુકરને જે બાળુ હાંકવું હોય તે બાળુ તરફ તેને જે હાંકવામાં આવે તો હાંકનારની મતલબ પાર પડતી નથી. જેઓ કુકરના ટોળાને ચંરાવેછે તેઓ તેમનાં એવા કુદરતી વલણને બળુતા હોવાથી તેમને જમણી ગમ લેઈ જવાં હોય તો તેમને ડાબી ગમ હાંકવાની તજવીજ કરેછે એટલે તેઓ જમણી ગમ ચાલેછે ! પરંતુ જે ડાબી ગમ લેઈ જવાં હોય તો જમણી ગમ હાંકવાનું કરેછે, એટલે તેઓ ડાબી ગમ ચાલવા માંડેછે !

નિશાળે એસાડેલા બાળકો બરાબર લાણુતાં ન હોય તો માબાપ પ્રથમ તે બાળકનો દોષ કાઢેછે, પછી તેની શાળાના શિક્ષકનો, પછી તે શાળાની શિક્ષણશૈલીનો; પછી નછુટકે ગ્રહનો અને છેવટે પોતાનાં પ્રારબ્ધનો દોષ કાઢીને પોતાના મનનું સમાધાન કરેછે !

પ્રત્યેક મનુષ્યમાં કાંઈપણ બોડખાંપણ કે ઘેલછા કુદરતી રીતે રહેલી છે, એ પ્રમાણે દરેક મા તેમજ બાપમાં પણ અમુક અમુક પ્રકારની કાંઈ ખામી હોયછે, પરંતુ બાળકની કેળવણી અને ચાલચલણ વગેરેની હરકાઈ બાબતમાં પોતાના વાંકનો ઢાંકપીછેડો કરવા તેઓ તે બાળકનોજ જ્યારે જ્યારે દોષ કાઢ્યાં કરેછે એ અનુચિત છે. કેટલાંક બટકબોલાં બાળક તરફથી કોઈ કોઈ પ્રસંગે વગર પૂછ્યે મળેલી સલાહ અને બાતમી માબાપને બહુજ ઉપયોગી થઈ પડેછે.

અમે એમ નથી કહેતા કે બાળકોમાં કાંઈ દોષ હોતા નથી. છોકરમત અને ચપળવૃત્તિને લીધે પણ તેઓથી કેટલીએક વાર દોષ થઈ જાયછે.

કોઇમાં કોઇ દોષ ઓહદે ઉતરેલા પણ હોયછે. મનુષ્યમાત્ર દોષને પાત્ર કહેવાયછે, તે પ્રમાણે કેટલીકવાર જેમ રંગમાં દોષ હોયછે તેમ પોતમાં પણ દોષ હોયછે ! મતલબ બાળકોના સંબંધમાં તેમનાં માબાપના પણ ઓછા દોષ હોતા નથી, પરંતુ દોષાદોષના નિર્લુચ્ચના ન્યાયનો કાંટો માબાપના હાથમાં હોવાથી તે તુલાનું પદ્મું તેવાં માબાપની તરફેણમાં વખતોવખત નમી જાયછે ! અર્થાત્ ચુકાદાએ એવે વખતે એકપક્ષી રૂપ ધારણ કરેલું જેવામાં આવેછે.

## અલક્ષ કરવું-શરમાવવું.

નાના બાળકે કોઇ પ્રસંગે ન્હાનીસુની ચૂક કરી હોય તો તે માટે માબાપે અલક્ષ કરવું; અથવા તેમ કરવું એ સકારણુ યોગ્ય લાગતું ન હોય તો તેના ઉપર ગુસ્સે થયાની અવજી મા અથવા બાપ માત્ર નાખુશ ચહેરાથી જો તેને પોતાનો અણગમો દેખાડે તો તેમનો પ્રેમ પોતાના ઉપરથી કમી થયેલો સમજતાં તેથી તેને ઘણી સારી અસર થવાનો સંભવ છે.

બાળકને તેના કોઇ વાંકને માટે ડારો અથવા ટપકો દેવામાં આવે તેના કરતાં યોગ્ય યુક્તિથી તેને શરમાવવામાં આવે તો ધારેલો હેતુ વધારે સહેલી ને સારી રીતે પાર પડી શકવાનો સંભવ છે. માબાપને કદાપિ એ પ્રમાણેની સૂચના વાસ્તવિક લાગતી ન હોય તો પ્રસંગ મળતાં એ અખતરે તેમણે અચૂક અજમાવી જોવો જોઇએ.

નાનાં બાળકે કોઇની કોઇ ઘ્રીજ વગર પૂછ્યે ખાધી હોય અથવા તેણે કોઇને મારેલ હોય તોપણ તું ચોર છું કે તું નિર્દય છું એમ ન કહેતાં તેને એમ જણાવવું કે અમને કોઇએ કહ્યુંછે કે તમારા બાળકે આ પ્રમાણેનું કામ કરેલુંછે પણ એ વાત અમે બીલકુલ માનતાં નથી, કેમકે તમે એવું ચોરીનું કે નિર્દયપણાનું કામ કદી કરોજ નહીં. એવું કામ તો

ખરાબ છોકરાં હોય તેજ કરે. તમે તો સમજી છો. બીજા કોઇ છોકરાએ એ કામ કયું હોય તો તે જાણે ! આ પરથી એ બાળક સમજશે કે આ કામમાં માબાપ મને ગુન્હેગાર ગણતાં નથી અને મારે એવું કામ હવે કદી કરવું નહીં જોઇએ. આવી રીતે તે સમજી વિચારીને સારી રીત ચાલવાનું કરશે.

એ પ્રમાણે બાળકને કોઇ કોઇ પ્રસંગે શરમીદા કરવામાં આવે તોજ તેનું ધારણું ફળ આવવાનો સંભવ રખાય, પરંતુ એવી યુક્તિનો ઉપયોગ જો વારંવાર કરવામાં આવે તો તેની ઉલટી ખરાબ અસર થયા વિના રહે નહીં.

## દરગુજર કરવું.

જાણતાં કે અજાણતાં બાળકથી કોઇ વખત કાંઇ વાંક થઇ ગયો હોય તે પોતાના વડીલથી ન છુપાવતાં પોતાની મેળે તે કબૂલ કરે, અને તેને માટે અંતઃકરણથી દીલગીરી બતાવે તથા હવેથી ચેતીને ચાલીશ એમ તે કહે તો પછી ઠપકો, ડરો અથવા શરીરશિક્ષાનો ઉપયોગ ન કરતાં મોટું દિલ રાખી તે વિષે ઘટિત સૂચના સાથે તેને ક્ષમા કર્યાથી તેની અસર ઘણી સારી થાયછે. પોતાના દોષને માટે તે પશ્ચાતાપ કરે એ એક રીતે તેનું પ્રાયશ્ચિત્ત તથા સરખું છે.

બાળકને તેના ગુન્હા માટે જો વખતોવખત માફ કરવામાં આવે તો પછી ગુન્હાની સંખ્યા ઘટવાને બદલે વધવાની વક્રી રહેછે, તેથી દરગુજર કરવામાં વિવેકબુદ્ધિનો ખાસ ઉપયોગ થવો જોઇએ.

## યુક્તિવાળી શિક્ષા.

નાનું બાળક જ્યારે કાંઈ કસુર કે ગુન્હો કરે ત્યારે તેને જે કામથી અથવા રમકડાંથી આનંદ મળતો હોય તેવું કામ તેને અમુક વખત સુધી કરવા ન દેવું, અથવા તેવાં રમકડાં રમવા ન આપવાં અને તેવાં રમકડાં જે રમવાને આપ્યાં હોય તો તે પાછાં લેઈ લેવાં અગર તેનું મન ખુશ થાય તેવી બીજી કાંઈ ચીજ તેને આપવી નહીં. પોતાની સાથે રમતગમતમાં તેને સામેલ ન કરવું અથવા મીઠાઈ કે ખાંડનું રમકડું અથવા બીજી તેને મનગમતી ચીજ ખાવા ન આપવી. પોતાની સાથે તેને જમવા ન બેસાડતાં દૂર બેસાડવું, અગર તેના મળતીઆ સોબતી સાથે એકાદ બે દિવસ માટે રમવાની બંધી કરી તેની મજા ખોવરાવવી. મેળા, બાગ, સંગ્રહસ્થાન અથવા જોવાલાયક તમાશા વગેરે સ્થળે તેને જવા ન દેવું અગર સાથે તેડી ન જવું, એકલું ઘેર રહેવાનું તેને કહેવું કે અમુક એક કે બે દિવસ સુધી તારે મારી સાથે ન બોલવું અથવા મારી પાસે ન આવવું એમ તેને જણાવવું, અને તે કાલાવાલા કરે તોપણ તેને અમુક વખત સુધી ન બોલાવવું અથવા તેને પોતાની પાસે ઉભું ન રાખતાં દૂર રાખવું, તેના તરફ હેતની નહીં પણ સહેજ અણુ-ગમાની નજરથી જોવું, તેને એક ઠોકાણે પડ્યા રહેવા દેવું, પરંતુ તે પ્રમાણે વધારે દિવસ સુધી કરીને એવાં બાળકને માઆપ વગર ચાલી શકે છે એવી ખાતરી થવાની તેને તક આપવી નહીં જોઈએ.

તે મનગમતી ચીજ માગે તે ઉપર ધ્યાન ન આપવું, તેને એક ઠોકાણે થોડી વાર કાંઈ પણ ક્રિયા ન કરવા દેતાં છાનું માનુ બેસાડી રાખવું, તેને કાંઈ ઇનામ આપવાનું કહ્યું હોય તો તે દેવાનું મુલતવી રાખવું. બીજા બાળકે સારી ચાલ ચલાવી હોય તો તેને લાયકનું ઇનામ આપી તે નહારા બચ્ચાને તેનો દાખલો બતાવવો. તેને આપેલો ચામુક કે દડો તે કોઈને મારતું હોય તો તે ચામુક કે દડો તેની

પાસેથી ભેધ લેવો, પોતાનું રમકડું બેઠરકારથી કે બેઠિકરાઇથી ભાંગી નાખે અથવા ખોઇ નાખે તો અમુક મુદત સુધી તેને બીજું રમકડું અપાવવું નહીં, બીજાનું રમકડું ભાંગી નાખે તો તેનું રમકડું મોં બદલા તરીકે જેનું તે ભાંગ્યું હોય તેને અપાવવું, ભાંગનાર છોકરા પાસે બદલામાં આપવા લાયક રમકડું કદાપિ ન હોય તો જેનું ભાંગ્યું હોય તેને નવું રમકડું અપાવવું, અને ભાંગનાર છોકરાને કંઇ માસિક રકમ આપવામાં આવતી હોય તો તેમાંથી તેની કિંમત વાળી લેવી અગર ખાવું લેવા માટે પૈસા આપતા હોય તે નવા રમકડા પૂરતી કિંમત પૂરી થતાં સુધી તેને એવું ખાવાનું અપાવવાનું બંધ રાખવું. રમતાં રમતાં એક બીજા સાથે કળ્લો કરતું હોય તો તેને ભેગાં રમવાની બંધી કરવી; ઠૂણીયા, છાલ, છોતા, કુચા અને ઠીંકરા વગેરેનો તેણે ધરમાં કચરો પાડ્યો હોય તો તે તેની પાસે વળાવીને કચરાના ડાબામાં તેની પાસેજ નખાવવો, કાદવ અથવા શાહી વગેરેથી કપડું ખરાબ ક્યું હોય તો તે તેની પાસેજ ધોવાવવું, ધરમાં જો સ્ત્રીજો અવ્યવસ્થિત કરી નાખી હોય તો તે જેમ હતી તેમ તેનીજ પાસે પાછી ગોઠવાવવી, તેણે કાંઇ વેરી નાખ્યું હોય તો તે તેની પાસેજ ઊસરડાવવું કે જેથી એની એવી કસુરનું પરિણામ બીજાને નાહક ભોગવવું પડે નહીં.

## કુદરતી શિક્ષા.

બાળક ઠોકર ખાય, કાંઈ ઠોકાણે ચડતાં ઉતરતાં કે દોડતાં દોડતાં પડી જાય, હાથમાં પથર વગેરે ડીધેલ હોય તે તેના પગપર પડે, તેનું માથું કમાડ કે દીવાલ વગેરે સાથે અથડાય, અંગારા ઉપર હાથ મૂકે કે દીવાની જ્યોતને અડે કે ઉના પાણીમાં હાથ ખોળે ત્યારે તે સ્ત્રીજના સ્વભાવ કે અસર પ્રમાણે તે બાળકના શરીરને તેથી ઇજા થઇ દુઃખ પેદા થયા વિના રહેશે નહીં તે તેની સ્વાભાવિક શિક્ષા ગણવી, તથા તે શિક્ષા તેને પૂરતી અસરકારક સમજીને

માબાપે વળી તે બાબત પોતે કૃત્રિમ શિક્ષા કરીને તેમાં વધારે કરવો એટલે “પડ્યા પર પાડુ” મારવા સરખું કરવું એ જેમ અન્યાય છે તેમજ નિર્દયપણું પણ છે.

અપ્પુથી રમવાની તેને ના પાડવામાં આવી હોય, છતાં તે ચીજ લેધને તે રમવા લાગે તથા તેને પરિણામે તેને તે અપ્પુની ધાર વાગીને લોહી નીકળે તો તે પોતાની મેળેજ સમજી જશે કે માબાપે ના પાડી હતી તે બરાબર હતું. તેમની શીખામણુ પ્રમાણે ન ચાલતાં અપ્પુ ઉધાડી તેની સાથે ચેડાં કાઢ્યાં તો આંગળી વઢાઈ, લોહી નીકળ્યું અને પીડા થઈ પડી.

એ પ્રમાણે એકાદ એ વખત તેને કુદરતી શિક્ષા થશે એટલે તેવા અનુભવથી તેની પૂરેપૂરી ખાતરી થશે તથા તે તેને જીંદગીભર યાદ રહેશે અને તેના પરિણામે સાવધાનપણું વર્તવાનું તથા પોતાના તનનું કેવી રીતે રક્ષણ કરવું તે આપોઆપ શીખશે. એવી બાબતમાં કુદરત માબાપ અથવા મહેતાજીની કરજ અદૃશ્યપણે બજાવે છે ને બાળકને મુંઝું શિક્ષણ આપે છે !

## ૬૫૩૬.

મોરેથી કાંઈપણ બોલ્યા વગર, પણ અમુક રીતે કટાક્ષની નજરે જોવાથી પણ ધાગેલી અસર કોઈ વખત સારી રીતે થઈ શકે છે, તેની સાબિતીમાં “જીંદગીનો ઉપયોગ” જણાવે છે કે “ક્રાઇસ્ટની માગણી પીટરે કબૂલ નહીં કરીથી તે વખતે ક્રાઇસ્ટ, પીટરની સામે ટગરટગર જોઈ રહ્યો હતો, એ પ્રમાણે તેવી દૃષ્ટકો આપનારી નજરજ બસ હતી કેમકે પીટર તુરત બહાર ગયો અને ઘણો રડી પડ્યો.”

યુક્તિવાળી શિક્ષાથી જોઈતી અસર થવાને અભાવે દૃષ્ટાન્તો.ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. અપશબ્દ અથવા કઠોર શબ્દ વાપરીને અગર બૂમ બરાડા

પાડીને ગુસ્સાથી આપેલા ઠપકા કરતાં ધીમા અવાજથી સમજાવીને અથવા હેતુ બતાવીને જેમ અને તેમ થોડા શબ્દોમાં આપેલો ઠપકો વધારે સારું કામ કરે છે. વારંવાર આપેલા ઠપકા કરતાં તેનો કેટોકણીનો ઉપયોગ કોઈ કોઈ પ્રસંગે જ ને કરવામાં આવે તથા તે પણ કોઈ અતરાપીની હાજરીમાં નહીં, તેમ જો બાળકે ગુન્હો કર્યો હોય ત્યારે તાત્કાલિક નહીં, પરંતુ થોડો વખત વીતવા દેઈને તેમજ તે બાળક એકલું હોય ત્યારે, આકળો નહીં પણ શાંત સ્વભાવ રાખીને, માયાળુપણે તેમ ખાનગીમાં કરવામાં આવે તો તે વધારે અસરકારક નીવડે છે, તેમજ તે દોષવાન બાળકનું દિલ બહુ દુખાતું નથી, તેમ તેને ખીજ ચડતી નથી, એટલે સામે થવાનું તેને દિલ થતું નથી. બહુ ધીમેથી ને મમતા રાખીને તેને કોઈ વખતે જ આપેલા ઠપકાના પરિણામે એવું બાળક દીલગીર થઈને કોઈ વખત રોઈ પડે છે પરંતુ જો તેની પ્રત્યેક ભૂલને માટે અથવા વગર વિચારનાં કૃત્યને માટે તેને ઠપકો આપવાનો અથવા વડવાનો વખતોવખત પ્રયોગ અજમાવવામાં આવે તો, તેમજ તે વખતે તેના પૂર્વના દોષો તેને ફરીથી કહી સંભળાવવામાં આવે તો તેથી તે ઉદાસ ને ખુદી લાગણીવાળું બની જવાનો ઘણો સંભવ છે.

બાળકને કોઈ બાબતમાં ઠપકો આપવો તો તે મૂળ વાંકને માટે જ આપવો, પણ તે વાંકના પરિણામે થયેલા વાંકને વાસ્તે આપવો જોઈતો નથી. ધારો કે મા અથવા બાપે તેને ટેબલ વગેરે પર ચડવાની ના પાડી હોય, છતાં તે ચડે, અને એના પરિણામે અકસ્માતથી તેની ઉપરનાં પુસ્તકો, શાહીનો ખડીઓ તેના પર ટોળાયાથી ખરાબ થાય તો તેવે પ્રસંગે ના પાડ્યા છતાં ટેબલ પર ચડવાની કસુર માટે તેને ઠપકો ધરે છે, પરંતુ તે પુસ્તકો ખરાબ થયા તેને માટે એને ઠપકો દેવો જોઈતો નથી, કારણ કે એ પુસ્તકો ખરાબ કરવાનો તેનો ખીલકુલ ધરાદો હિતો નહીં, અર્થાત્ એ કામ તેણે જાણીબુજીને કીધું નહોતું, એટલે અકસ્માતથી જે બન્યું તેને માટે એને શિક્ષા થવી ન જોઈએ. ગુન્હાનું સ્વરૂપ જોવું જોઈએ.



હપકા કરતાં પ્રશંસા કોઇ કોઇ વાર ધણું સારું પરિણામ લાવેછે, તેથી છોકરાંઓનાં સારાં કૃત્યોને કોઇ કોઇ પ્રસંગે યાદ કરવાં એ ઉચિત છે, તેમ તેમણે અગાઉ કરેલ નહારાં કામની તેમને ખાસ કારણ સિવાય યાદ ન આપવી એ પણ ઇષ્ટ છે.

છેક નાનાં બાળક કરતાં મોટી ઉમરના છોકરાપર હપકાની વધારે અસર થાયછે. હપકો આપવો હોય ત્યારે તે એકલા હોય ત્યારે આપવો જોઇએ. એ વિષે ઉપરમાં પણ સૂચવેલું છે. બહુ ગુસ્સો કરીને તેમજ તેના ઓળખીતા કે દોસ્તના દેખતાં તેમ ઘણા સખ્ત શબ્દોમાં આપેલો હપકો તેઓ કેટલીક વાર સહન કરી શક્તા નથી અને તેને પરીણામે કોઇ વખત એવા છોકરા ઘરમાંથી હંમેશને માટે ચાલ્યા ગયાના દાખલા પણ બનેલાછે. છોકરા જેમ ઉમરે વધતા જાય તેમ તેમને બહુ સંભાળવા પડેછે, તેમજ અમુક બાબતોમાં તેમની સાથે વડીલોએ સમયસૂચકતા વાપરીને અને બહુ ચેતીને ચાલવું પડેછે.

## ધમકી.

હપકો આપ્યાથી બાળક પોતાના દોષ તજતાં નથી, ત્યારે ધમકીનો ઉપયોગ કરવાને માખાપ લક્ષ્યાય છે. ધમકીનો ઉપયોગ પણ જેમ ઓછો થાય તેમ સારું. અનિશ્ચય કશું સારું નથી. કેટલાંક માખાપો જ્યારે ને ત્યારે પોતાના મિત્રજનો બોધને બાળકને ધમકાવ્યા અને બ્રૂમખરાડા પાડ્યા કરેછે. કોઇવાર પાછળથી ઘણા પસ્તાવો થાય તેવું વગર વિચાર્યું કૃત્ય પણ કરી બેસેછે. ધમકાવીને તેમની ધૂન કાઢી નાખ્યા વગર બાળક બીલકુલ સુધરે નહીં, સીધાં ચાલે નહીં એવી તેમની ખોટી માન્યતા હોવાથી સહેજ સહેજ વાતમાં તેમ ઘડીએઘડીએ તાતાં ઉનાં થઇ ક્રોધના આવેશમાં ઘાંટા કાઢવાની, હાથ, પગ પછાડવાની, ધમકાવવાની અને ઘોંકઘોંક કરવાની તેમને જાણે ખરાબ ખસલત પડી ગયેલી હોય તેમ દેખાયછે, એટલે ધમકાવ્યા વગરનો તેમનો એક પણ દિવસ કદાચજ ખાલી જતો હશે. ધમકાવતાં ધમકાવતાં કેટ-

લાક માણસો બહુજ ક્રોધાયમાન બની જઈને પોતાના દીકરાને સાળો કહેછે, અને દીકરીને સાળી કહેછે એ જેટલું ખોટું છે તેટલુંજ વિપરીત પણ છે.

“ મારી મારીને તને ખોખરો કરી નાખીશ ! ” “ તારાં હાડકાં રંગી નાખીશ ! ” “ તારાં જાલગોટનાં જૂદાં કરી દઈશ ! ” “ તને ચીરી નાખીશ ! ” “ તારું માથું ભાંગી નાખીશ ! ” એવી એવી ધમકીઓ આપ્યા કરેછે અને પછી તેમાંનું કશું પણ કરવામાં તો આવતું નથી ત્યારે તે બાળકને તેની બીક બીલકુલ જતી રહેછે, તથા તે સાફ સમજી જાયછે કે માઆપ મફતનું થુંક ઉડાડેછે અને બોલ્યાં પ્રમાણે કાંઈપણ કરતાં નથી. એવી સ્થિતિમાં વિરૂધ્ધ અસરથી તેઓ નફ્ટ ને બેશરમ થઈ જાયછે, માઆપનું માનતાં નથી, અને શેકડા જવાબ પરખાવવાનું શીખેછે તેમજ તેમની ધાકધમકીને પાણીમાં ઘોળીને પી જાયછે !

વારંવાર ધમકાવવાથી, કરડવા ધાયાથી; બેવફૂર, આંધળા, ગધેડા વગેરે ગાળો ચોપડવાથી તથા મ્હેણાંટુણાં મારીને તિરસ્કાર કરવાથી છોકરાં સુધરતાં નથી કે આજ્ઞાકિત થતાં નથી. ખરી વાત વગર પૂછ્યે કહેતાં નથી અને પૂછે તોપણ માનતાં નથી. પૂછવા જેવું હોય તેવી બાબતમાં પણ માઆપને તેઓ કશું પૂછતાં નથી, ગાંઠતાં નથી, અને આખરે છકી જઈને પછી મનસ્વીપણે વર્તવાની તેમને આદત પડી જાયછે.

માઆપે પોતાનો અધિકાર બરાબર સમજવો જોઈએ, અને બનતાં સુધી પોતાની મનોવૃત્તિ અંકુશમાં રાખવી જોઈએ. બાળકને જે કહેવું હોય તે બનતાંસુધી ધમકાવીને કે ક્રોધાયમાન થઈને નહીં કહેતાં જો માયાજી અને ગંભીર સ્વભાવથી તેને સમજાવીને કહેવામાં આવશે તો એની અસર વધારે સારી અને ટકાઉ થશે. બાળકને સુધારવાનું સારામાં સારું તેમજ ડાહ્યપણવાનું સૂત્ર એ પ્રમાણેનું છે. તેણે કદાપિ બાળકશુદ્ધિથી ચોરી કરી હોય, તોપણ તેને બીજાઓ સાંભળે તેમ ચોર, ચોર કરીને હલકું

પાડવું નહીં જોઈએ. બીજાની સાનિધ્ય તે પ્રમાણે કર્યા કરવાથી તેનો શરમનો પડેો તૂટી જાયછે, તથા લવિષ્યમાં એવું કાંઈ ખોટું કામ કરતાં તેને શરમ ઉપજતી નથી. એ પ્રમાણે બનતું હોવાથી તેને એ બાબતમાં જે સૂચના દેવાની હોય તે ખાનગી રીતે દઈને ફરીથી એવું ખરાબ કામ નહીં કરવાની તેને ચેતવણી આપવી જોઈએ.

કોઈ વખત જેમ ગુસ્સાને માટે અવકાશ હોયછે, તેમ ક્ષમાને માટે પણ અવકાશ હોયછે. ગુસ્સાને ઠંડાણે ગુસ્સો કરે અને ક્ષમાને ઠંડાણે ક્ષમા કરે, પણ તે પરત્વે એટલું ભૂલવું જોઈતું નથી કે ક્ષમામાં આનંદ આંતરિક રહેલછે ત્યારે ગુસ્સાના આવેશમાં લોહીઉકાળો છે.

## શરીરશિક્ષા.

ધમકીથી પણ ધારેલું કામ કે ધારેલી અસર જો નીપજતી નથી તો પછી “ માર એ લૈાકમું રત્ન છે, ” એમ માનીને માબાપ શરીરશિક્ષા કરવા તરફ દોરવાયછે. શરીરશિક્ષા એ છેલ્લામાં છેલ્લો અને અધમ પ્રકારનો ઉપાય છે, તેથી તેનો ઉપયોગ જ્યારે માબાપના લાથામાંથી બીજા ઉપાયો રૂપી તીર બીલકુલ ખૂટી જાય ત્યારેજ, ન છુટકે અને તે પણ વળી કોઈ કોઈ વારજ કરવાનોછે, તથા તેમ કરતાં તે બાળકના શરીરને તેથી કાયમની-મથુની ખરાબ અસર ન રહી જાય, અથવા ધાર્યા કરતાં વધારે સગ્ગ ન થઈ જાય તેવી સાવચેતી રાખવાની છે, પણ જો હલકી શિક્ષાથી કામ સરતું હોય તો ભારે શિક્ષા કદી પણ કરવી જોઈતી નથી. પાછળથી પસ્તાવો થાય એવી રીતની શિક્ષા પણ કરવી નહીં જોઈએ, અને શિક્ષા કર્યા પછી ભાઈ બાપા કરવા નહીં જોઈએ, નાના ગુન્હાને મોટું રૂપ આપવું ન જોઈએ તેમજ આશરે બાર વરસથી મોટી ઉમરના

છોકરાઓને શરીરશિક્ષા કરવાથી બનતાં સુધી દૂર રહેવું જોઈએ. એક વખત એક જાતના ગુન્હાને માટે શિક્ષા કરી હોય તેજ જાતના બીજી વખતના ગુન્હા માટે ઓછી શિક્ષા અથવા ક્ષમા કરવી ન જોઈએ. અમુક વાંકને માટે માઆપમાંથી એક જણે શિક્ષા કરી હોય તો બીજા જણે તેજ વાંકને માટે બાળકને ફરીથી શિક્ષા થવી ન જોઈએ.

માત્ર શક ઉપરથી, કે કોઈની પાસેથી પોતાના બાળકની વિરૂદ્ધમાં સાંભળ્યા ઉપરથીજ તેને શિક્ષા કરવી નહીં, પણ તે વિષે બરાબર તપાસ કરતાં ખાતરી થાય કે તેણે ગુન્હો કર્યોછે તોજ તેને શિક્ષા કરવી કે કાંઈ શીખામણુ આપવી જોઈએ, મતલબ ગુન્હાનું સ્વરૂપ જોઈ યોગ્ય કરવું જોઈએ. “**ભય વગર પ્રીતિ નહીં**” એવી કહેવત આપણામાં પ્રચલિત છે. એકલો ભય કાંઈ ધ્વંષિત ક્ષણ લાવી શકતો નથી. બાળકો પર સોટી ઉગામ્યાથી તેઓ જેટલાં ડરેછે તેટલાં સોટી ખાધા પછી તેઓ ડરતાં નથી. શિક્ષાના ભયથી જેટલી અસર થાયછે તેટલી શિક્ષા થયાથી હમેશ થતી નથી. દરરોજ મારફાડ કરીને સુધારવાની કરેલી કોર્સીશ કદાચજ ફતેહમંદ નીવડેછે. જ્યારેત્યારે મારઝુક કરવાથી શિક્ષા સામાન્ય થઈ પડેછે. કેટલાંક બાળક માર ખાય તેટલો વખત પાંસરાં ચાલેછે ને તે પછી પાછાં હતાં તેવાં ને તેવાં થઈ જાયછે. દરેક પ્રસંગે માર મારવાથી તેવા મારતું મૂલ્ય છેક ઘટીને નહીં સરખું થઈ જાયછે. માર, એ પછી છોકરાંને લાજભૂળા સરખો થઈ પડેછે ! તથા તેની કાંઈ જાણવા સરખી અસર થતી નથી. સામાન્ય રીતે જેતાં માઆપને જેટલી શરીરશિક્ષાની ખબર હોયછે તેટલી તેના પરિણામની લાગ્યેજ ખબર હોયછે. બાળકને પસ્તાવાની કાંઈપણ લાગણી જે ન થાય તો તેવું મારવું નકામા સરખું ગણાય. શિક્ષા કરવાનો માઆપને જેટલો અધિકાર છે તેનાથી ઘણું વધારે દરજ્જે દરજ્જે કરવાનો, જતું કરવાનો, સ્નેહ અને યુક્તિથી સમજાવવાનો તેમને અધિકાર છે એ તેઓ ઘણી વેળા વિસરી જાયછે.

“ કુંભાર અને કુંભારણુ લડે ત્યારે બાપડી ગધેડીના કાન આંબળવામાં આવેછે. ” એ કહેવત સરખું પણ કેટલીક વાર થતું જોવામાં આવેછે. ધરધણી બહારથી ખૂબ ચીડાઈને-ખીજાઈને અથવા કાંઈ નુકસાન ખમીને ઘરમાં આવ્યો હોય અને તેનું વેર સામા ઘણી ઉપર વાળવાનું બન્યું ન હોય તો તે પોતાની દાઝ કાંઈવાર પોતાની બાપડી ઉપર કરેછે ! અને નકામા કાંઈ બહાનાં કાઢીને તેને ધમકાવેછે, અથવા ખીજી રીતે તેને નારાજ કરેછે. એ પ્રમાણે તે સ્ત્રી પોતાના વરથી જે ખીજાયેલી હોય, અથવા સાસુ વહુને કજીઓ થયો હોય, નણંદ ભોજનમાં ચડાવ્યામાં હોય, પાડોશણુ સાથે વડવેડ થતાં તેના ગુસ્સાના આવેશમાં હોય તે વખતે જે પોતાનું બાળક કાંઈ હડકેટમાં આવી જાય તો તે એ નિર્દોષ બાળકને વગરવાંકે મારઝુડ કરવા મંડી જાયછે. વયમાં ભોગ બાપડા એવા બાળકના!

કેટલીક વાર કાંઈ કારણથી ગુસ્સે થયેલું છોકરું પોતાના ભાઈ કે બેનને મારેછે, અને તે જોઈને પોતાને ગુસ્સો આવવાથી મા પોતાના તે બાળકને મારેછે. બન્ને જણે એક ખીજાને માર્યા તેનું ગુસ્સા સિવાય ખીજું કશું કારણ હોતું નથી. શિક્ષાથી જે ધારેલું ફળ આવે નહીં તો પછી તેવી શિક્ષાનું પ્રયોજન શું ?

શરીર શિક્ષા પરત્વે કાંઈ અમુક ધારાધોરણ કે નીતિના અમુક નિયમોનું પ્રતિપાત્રન થતું હોય એવાં સ્થળ હિન્દમાં બહુજ ઓછાં હશે.

કેટલીક વાર બોયડપણું તેમજ અતિ ચાત્રાકી એને પણ ગુન્હા સરખું ગણવામાં આવેછે, એટલે એકને જ્યારે તેના છુડચણપણા માટે શિક્ષા કરવામાં આવેછે ત્યારે ખીજાને તેની અતિ ચાત્રાકી માટે માર સહન કરવો પડેછે ! કર્મની ગતિ જુઓ !

“ પડ્યા પર પાડુ ” એ કહેવત સરખું કેટલાંક માઆપ કેટલીક વખત કરેછે તે ઘણુંજ ખેદકારક છે. દયાના કાંઈપણ અંશ વગરનો મા કે બાપનો એ ગુન્હો કાંઈ કાળે અને કાંઈ રીતે નહીં માફ થઈ શકે તેવો

હોયછે. પોતાનું છોકરું કોઇ ઠેકાણે રમતાં રમતાં પડી જવાથી તેના હાથ પગને કાંઈ વધારે પડતી ઇજા થાય, કોઈ વખતે આંગળી ચગદાઈ જાય, રોટલી કરતાં આંગળીએ દાઝે અથવા બીજી કોઈ પણ રીતે તેને બહુ વાગેલું હોય, લોહી નીકળેલું હોય તેનું કોઈ પણ પ્રકારે તાત્કાલિક સાંવન ન કરતાં કેટલાંક માઆપો ઉલટાં તે બાળકની તે ટાણે કેસરો કરવા મંડી જાયછે, ને બાપોમારી બોલાવેછે! એના સરખું નિર્દયપણું કે ધાતકીપણું બીજું કોઈ હશે નહીં. આવાં કૃત્યને પરિણામે બાળકોમાં પોતાનાં વડીલો તરફ ભવિષ્યમાં પૂજ્યબુદ્ધિ કે પ્રેમવૃત્તિ શાની રહે?

સામાન્ય રીતે જોતાં માર મારવાનું કૃત્ય મા કરતાં બાપથી વધારે વખત થતું જણાયછે. આવી સ્થિતિમાં કેટલીક વખત બાપ સાથે દીકરાને બારમો ચંદ્રમા થાયછે ! દીકરાને બાપનું અને બાપને દીકરાનું મોં ગમતું નથી. એક બીજાપર દિલ ઉતરી જાયછે, એક બીજાની આંખો લોકેછે; તથા એક બીજા પ્રત્યે બેદિલી ને છેકજ અભાવ ઉત્પન્ન થાયછે.

ધર્માધિકારી રામસેએ એક છોકરા વિષે વાત કહી હતી કે આજ સુધી જે માણસો મરી ગયાંછે, તે સ્વર્ગમાં ગયાંછે, તેમને મળવાની તારી ખુશી છે કે કેમ ? એમ જ્યારે તેને પૂછવામાં આવ્યું ત્યારે તેણે સામે સવાલ કર્યો કે મારો બાપ મરી ગયોછે તે ત્યાં હશે કે કેમ ? જવાબ મળ્યો કે તે પણ ત્યાં હશે; એ સાંભળીને તેણે જણાવ્યું કે જો તે ત્યાં હોય તો મારે ત્યાં જવું નથી !

કમનસીબની વાત છે કે પોતાના બાળકને તેના પ્રત્યેક વાંક મારે માર્યા વગર તે સુધરનાર નથી, એમ કેટલાંક માઆપો માનતાં હોવાથી, તેમનો કોઈ પણ ગુન્હો જોવામાં આવતાં તેમને તેઓ માર્યા વગર રહેતાં નથી, અને તેને પરિણામે તેઓ પછી માઆપને બદતાં નથી.

વખતોવખત તમાચા, ઘોડો કે લાતો લગાવી દેવાથી તેમજ ખાસકું, સોટી કે લાકડી વગેરે જે હાથમાં આવે તેથી ઝપાટવા મંડી જવાથી છોકરાનાં જેમ તન તેમજ મન પણ ખરાબ થઈ જાય છે. જ્ઞાનતંતુઓની શક્તિ ક્ષીણ થતાં લાગણીઓ કચરાઈ જાય છે, તેઓ સદા દીલગીર રહે છે, તથા દીલગીરી અને ગુસ્સો એ પણ એક જાતનું જેર હોવાથી તેની માડી અસર તેમની તનદુરસ્તી-પર થવા વગર રહેતી નથી. નાનપણનો માર ધડપણમાં પણ સાલ્યા વગર રહેતો નથી. નાનપણમાં બહુજ માર ખાધો હોય તેવાં બાળકોના સારા ગુણો સદાને માટે ઢંકાઈ જાય છે. નાનપણમાં વખતોવખત બહુજ માર ખાધેલ હોય તેવું કોઈ બાળક ભવિષ્યમાં મહાન મનુષ્ય થયું હોય, ઝળકતી કારકીર્દીવાળું નીવડ્યું હોય તો મહેરબાની કરીને તે અમને બતાવો.

છોકરાંઓને તેમનાં અવગુણો વખતોવખત કઢી સંભળાવ્યાથી, ઘડીએ ઘડીએ ટોકટોક કરવાથી, ગાળો ચોપડવાથી, મ્હેણાંટુણાં મારવાથી, ધાકધમકીથી, તિરસ્કાર કે બળાટકાર કરવાથી અથવા મારફાડથી બાળક કદી પણ સુધરતાં નથી, પણ ઉલટાં બગડે છે. તેઓ બેફિકરાં, નોંદર ને નીંધવાં થાય છે અને બહેકી જાય છે. વળી એથીકરીને ગુનહા ઘટતા નથી પણ ઉલટા વપે છે, તેમજ માબાપની કિંચિત પણ આમન્યા ન રાખતાં તેમને તોછડા ને છૂટા જવાબ તેઓ આપે છે! અને ઘણીવાર ઉધ્ધનાઈથી કહે છે કે મા અથવા બાપ મને માર મારશે. ભલે મારવું હોય એટલું મારો લે! પછી શું કરશે? અતિશે માર ઝડતું એ પ્રમાણેનું અનિષ્ટ પરિણામ આવતું હોવાથી મારફટ ને મસાલો કરવામાં માબાપનું કશું કુશળપણ દેખાતું નથી પણ જંગલીપણ દેખાય છે. બહુજ મારફટ કરવાથી બાળક કદાપિ કબજામાં રહેતાં હોય તોપણ તેમાં માબાપની મહત્તા ન હેકવાય.

માબાપ કે વાલી તરફની હાથચાલાકીથી બાળક તદ્દન કેરાં-અપવાસી

રહ્યાં હોય એવાં ભાગ્યશાળી બાળકો આ ભારતભૂમિમાં આ કાળે કોઇ હશે ખરાં ? એવાંનાં અસ્તિત્વ વિષે અમને ઘણી શંકા છે.

બાળકોનાં કેટલાંક કામ જાણ્યું અજાણ્યું કરવાને, કેટલાંક દુ'કેથી પતાવવાને, કેટલાંક ઇસારતને, કેટલાંક શરમિંદા કરવાને, કેટલાંક સહજ સૂચનાને અને કેટલાંક સહજ ચેતવણીને ; તો કોઇ આંખ દેખાડવાને, કોઇ થોડે મોટેથી અવાજ કાઢવાને, કોઇ નરમ ગરમ ટપકાને, કોઇ સહજ શિક્ષાને તો કોઇ કુ'ફોડો રાખવાને પાત્ર હોયછે. ધીમાશયી કામ થતું હોય તો ઉતાવળા થતું એ અયોગ્ય છે ; એમ છતાં ત્યાં તેવા ક્રમે કામ ન કરતાં હોહા ને ફજેતીની સાથે મારફાડ કરીને બાળકને સુધારવાની આશા રાખવી તેમાં ઘણીખરી વાર આશાને બદલે ઉલટી નિરાશા ઉપજેછે અને તેનું અનિષ્ટ પરિણામ આવેછે; માટે એવે વખતે મા અથવા બાપે અકળાવું નહીં, મુંઝાવું નહીં, બહુ તાતાંબિનાં થવું નહીં, બહુ હોહા કરવી નહીં, તેમ મિઝગજને ખોવો નહીં, પરંતુ બનતી ધીરજ રાખવી ને કળવકળથી કામ લેવું એજ સલાહકારક જણાશે.





## કેટલાંક માખાપ પોતાનાં બાળકને શી રીતે બગાડે છે?

૧. છોકરૂં કાંઈ ખરાબ કામ કરે તો મા અથવા બાપ એ વિષે તેને વખતસર કાંઈ સૂચના કે ચેતવણી ન આપતાં તે તરફ બેઠરકાર રહે છે તથા એ સંબંધમાં તેઓ કહે છે કે એ હજી બાળક છે, એનામાં ક્યાં હજી કાંઈ અફલ આવી છે, તેમ એ હજી ક્યાં કાંઈ સમજવા શીખ્યું છે. મોટું થશે એટલે એ એની મેળે સુધરશે !

૨. માતા પોતાના પુત્રને વખતોવખત કહે છે કે:—તું મને ઘણોજ વહાલો છું તથા તારા વગર મને એક ઘડી પણ ગમતું નથી !

૩. દીકરાના સાંભળતાં તેની હાંશિયારીની, તેની ખુબસુરતીની અથવા તેના સુંદર વસ્ત્રાલૂષણની માખાપ વખતોવખત વાતો કરે છે તેમજ બીજાઓને પણ તેના સંબંધની તેવા પ્રકારની વાતો એની સાનિધ્ય કરવા દેઈને તેને અભિમાની અને પતરાજીખોર થવાનું ઉત્તેજન આપે છે.

૪. બાળક કોઈનું નાહક ભૂંડું બોલે છે તો તે સાંભળીને માખાપ હસે છે અને ખુશી થાય છે.

૫. ચંચળ બાળકને પાંચ છ વરસની ઉંમરમાં વાંચતાં શીખવીને તેને એકાદ બે શ્લોક કે બીજી કાંઈ કવિતા મોઢે કરાવે છે અને પછી પોતાને ત્યાં મળવા આવે છે ત્યારે તેમની સાનિધ્ય એ શ્લોક કે કવિતા બોલાવીને પછી તે બદલ તે બાળકની હાજરીમાં તેની ચાલાકીની તારીફ કરે છે.

૬. બાળક, પાડોશીના સંતાનની કાંઈ છેડ કરીને તેને પજવી આવે અને તેના પરિણામે એ પાડોશી સાથે કાંઈ બોલાચાલી થાય

## ૩૪૮ કેટલાંક માઆપ પોતાનાં બાળકને શી રીતે બગાડે છે ?

ત્યારે મા અગર બાપ પોતાના બાળકનો તે બાબતમાં કાંઈ વાંક હોય તો પણ તેમાં તેનું અધટિત ઉપરાણું લે છે અને ગેરરીતની હિમાયત તથા તરફદારી કરે છે.

૭. છોકરું કાંઈ વસ્તુ માગે ત્યારે પ્રથમ તેને એ માટે ચોખ્ખી ના પાડે, પરંતુ તે જો એને માટે રીસાઈ જાય અથવા હઠ કે કળુઓ કરે તો તેને ઠંડો પાડવા માટે તેણે માગેલી ચીજ તેને નહીં આપવા જેવી હોય તો પણ તે એને આપે છે, જેથી બીજી વખત એવે પ્રસંગે માઆપને પગલીને એવી વસ્તુ તેમની પાસેથી મેળવવાનું એના પગમાં જોર આવે છે.

૮. પોતાના બાળકને અમુક કામ કરવાની બાપ ના પાડે છે તો તેમાંના કેટલાક પ્રસંગે તે બાળકના સાંભળતાં માતા કહે છે કે એ કામ તે ભલે કરે; તેમાં કાંઈ અડચણ સરખું નથી.

૯. જો કેઈ બાળક પોતાના પિતા પાસે, પોતાની માતાની પ્રશિદ્ધ કરે છે તો તે એ બાળકની તરફદારી કરીને વગર તપાસે તેમજ એ બાળકની રૂબરૂમાંજ પોતાની પત્નીને એ માટે ઠપકો આપે છે; અને બીજે કેઈ પ્રસંગે એવું બાળક પોતાની માતા કને પોતાની પિતાની કાંઈ રાવ કરે છે તો તે બદલ તેનો પક્ષ કરીને તે બાળકના દેખતાંજ પોતાના પતિ પાસે તેની હિમાયત કરે છે.

૧૦. અમુક ચીજ પોતાના સંતાનને કંઈ કારણસર ખાવા નહીં દેવાની બાપે સૂચના આપેલી હોય એમ છતાં મા તેને એ મના કરેલી ચીજ છાનીમાની ખવરાવે છે, તથા તેની સાથે તેને બરાબર શીખવી મૂકે છે કે તારો બાપ એ વિષે કદી તને પૂછે તો તું સાફ ના પાડજે કે “ મેં તે ચીજ ખાધી નથી.”

૧૧. આપ પોતાના બાળકને જો રોકડા પૈસા વાપરવા માટે આપે નહીં તો માતા તેને એના આપથી છાની રીતે પૈસા આપે છે અને “ તારે જ્યાં વાપરવા હોય ત્યાં ખુશીથી વાપરજે ” એવી તેને છૂટ આપે છે.

૧૨. છોકરાને અમુક વાંકને માટે આપે માર્યો હોય ત્યારે માતા તેને કોઈ કોઈ વખત છાનીમાની મીઠાઈ કે બીજી કાંઈ તેને મનગમતી ચીજ ખવરાવીને રાજી કરે છે.

૧૩. આપ પોતાના છોકરાને વખતોવખત ધાકધમકી આપીને સદા ધ્રુજતો રાખે છે ત્યારે મા પોતાને પ્રસંગ મળતાં તેને હુદ ઉપરાંત લાડ લડાવવાને ચૂકતી નથી.

૧૪. અમુક માતા બાળકને એક ઘડીએ લાડ લડાવે છે, પંપાળે છે અને ખ્યારથી ચુંબન કરે છે તો બીજી ઘડીએ કાંઈ મનસ્વી કારણથી તે તેની ઉપર બહુજ કોપાયમાન થઈ જઈને તેને ઘણીજ ગાળો ભાંડે છે, ધમકાવે છે અને માર પણુ મારે છે, પરંતુ તેમ કર્યા પછી કેટલીક વાર તેને ઓછું લાગી આવે છે એટલે દયા ને પ્રેમની લાગણી દર્શાવીને તે પોતાના એ બાળકની સામે રડવા લાગે છે તથા તેને છાતી સાથે દાબીને બહુ મમતા બતાવે છે.

૧૫. માતા પોતાના બાળકને પ્રસંગોપાત એમ કહે છે કે જો તું કંઈએ ન કરતાં મુંગો રહે તો તને ફલાણી ચીજ ખાવા માટે આપું.

૧૬. મા અથવા આપ પોતાના બાળકને જ્યારે ત્યારે કાંઈ ચીજ ઇનામ તરીકે આપે છે અને વળી વખતોવખત તેની ઉપર બહુ ગુસ્સે થઈ જઈને તેને ગમે તેવી શરીરશિક્ષા કરતાં પાછું વાળી જોતાં નથી.

૧૭. છોકરું કાંઈ ખોટું કામ કરેછે તે જ્યારે તેના બાપના બાળવામાં આવશે ત્યારે તે એને માર્યા વગર મૂકશે નહીં એવી ખી-કથી માતા બાળકને શીખવી મૂકેછે કે જો તારો બાપ એ વિષે તને કાંઈ પૂછે તો તું તેમને કહેજે કે એ કામ મેં ખીલકુલ કર્યું નથી.

૧૮. પહેરવા માટે પોતાના દીકરાને બાપ કોઈ જાતનું સા-ધારણ કપડું અપાવેછે તે જો માતાને મનપસંદ નથી હોતું તો એવી કેટલીક માતા એ દીકરાને કહેછે કે તારો બાપ ભલે કહે પરંતુ તું એ કપડું પહેરીશ નહીં.

૧૯. બાળકના સાંભળતાં બાપ તેની માનું અને મા તેના બાપનું અપમાન કરેછે તેમજ તેની સાનિધ્ય તેઓ અસ્પર્શ વખતોવખત લેછે.

૨૦. પિતા પોતાના બાળકને તેની માતાને ધિક્કારતાં શીખ-વેછે અને માતા તેના બાપનું કહ્યું ખીલકુલ નહીં માનવાનું શીખવેછે.

૨૧. બાળકના નજીવા વાંક માટે મા અથવા બાપ તેને ખૂબ માર મારેછે અને હમૈશના કેટલાક મોટા દુર્ગુણને માત્ર હમી કહેછે.

૨૨. બાળકના એકજ જાતના ગુન્હા માટે એક વાર તેને ખૂબ ફટકાવી કાઢેછે, અને પ્રીતી તેજ જાતના ગુન્હા વાસ્તે બેદર-કારથી તેને જતું કરેછે.

૨૩. બાળકને, તેને ગમે ત વખતે બહાર રખડવા દેછે, રાતની વખતે છૂટથી પ્રવા દેછે તથા તે પોતાને ગમતી હોય એવી હરકોઈ ચીજ માગે તે આપીને તેને ખુશી રાખેછે.

૨૪. બાળકના સોબતી વિષે કાંઈ ખરખર નહીં રાખતાં તેને ગમે તેવા ખરાબ સોબતીની સાથે પ્રવા દેછે.

૨૫. બાળકને તેની મરજીમાં આવે તેવા નાટકચેટક વગેરે તમાસામાં છૂટથી એકલા જવા દે છે.

૨૬. માખાપ સદ્ગુણને રસ્તે ચાલવાને પોતાના બાળકને ઉપદેશ કરે છે પરંતુ પોતે તે પ્રમાણે વર્તતાં નથી, એટલે “ પાથી-માંના રીંગણાં ” એ કહેવત સરખું કરે છે.

## માખાપે શું કરવું જોઈએ ?

૧. તુરતના જન્મેલ બચ્ચાની આંખો ત્રણ ચાર અઠવાડીયાં સુધી નખળી રહે છે તેથી તેટલો વખત સુધી તે તેની આંખો ઉપર દીવાની બત્તીનો અથવા સૂર્યનો પ્રકાશ સીધો ન પડે તેવી સંભાળ રાખવી જોઈએ; તેમજ તે મોટી ઉંમરનું થયેથી તેને જ્યારે બત્તીને અજવાળે વાંચવું લખવું હોય ત્યારે એ બત્તીનું તેજ તેની આંખોપર સીધું ન પડતાં તે જે વાંચતું કરતું હોય તેની ઉપરજ પડે તે પ્રમાણે બાબુએ કે પાછળના ભાગમાં બત્તી રાખવી જોઈએ.

૨. નાના બચ્ચાના બદન ઉપર હાથ ફેરવ્યાથી તેના શરીરમાં લોહીનું ફરવું સારી રીતે થાય છે તેથી પ્રસંગ મળ્યાથી તેવી તજવીજ કરવી તે તેની તનદુરસ્તીને ફાયદાકારક છે.

૩. બાળકના માથાના વાળમાં ધુપેલ તેલ નાખ્યાથી તેનું મગજ ઠંડુ રહે છે માટે તેમ કરવું. આજકાલ બૂદ્ધાબૂદ્ધ ને ભલકા-દાર નામોનાં તેલની જાતજાતની જાહેરબખર અસંખ્ય મનુષ્યોનાં ચિત્તનું આકર્ષણ કરે તેવી ભાષામાં છપાવા લાગી છે, તેમાંના કોઈ કોઈમાં કેરોસીન તેલ અને બીજાં કેટલાંક પરિણામે નુકસાનકારક

પદાર્થ હોય છે એવી હકિકત બહિરમાં આવેલી છે, માટે માત્ર લલકાલરેલાં નામ અને લલકાવાળી ભાષાપરજ અંબાઈ જઈ બાપદાદાથી વપરાતા આવતા આપણા સુગંધી ધુપેલ તેલનો ત્યાગ કરીને જોઈતી તપાસ કર્યા વિના એવાં જે પરિણામે નુકસાન કરે તેવાં બીજાં તેલ હોય તે વાપરવામાં સાવચેત રહેવું જોઈએ. હાલના જમાનામાં ખોટો લલકો અને અનર્થકારક તથા ન જોઈતી 'ફેશન' કેટલી બધી વધેલી છે, અને દિન ઉગ્યે તથા રાત પડ્યે વધતી જાય છે એ વિષે અત્રે એક પણ શબ્દ કહેવાની જરૂર જણાતી નથી. કેમકે તે જગબહિર વાત છે.

૪. બાળકો મળમૂત્રનો વેગ ન રોકે તે માટે બરાબર ચીવટ રાખવી, કેમકે એવા વેગને વખતોવખત રોક્યાથી તેના શરીરમાં કેટલાક રોગનું બીજ રોપાય છે અને તેને પરિણામે તે ઘણું હેરાન થાય છે, માટે તે દરરોજ ઝાડો, પેશાબ વખતસર કરે તથા રાતે પેશાબપાણી કર્યા પછીજ તે સૂએ તેવી તેને ટેવ પાડવી જોઈએ. એનો દસ્ત તથા પેશાબ બરાબર થાય છે કે કેમ તે વિષે તેના વાલીએ જોતા રહેવું જોઈએ.

૫. બાળક પાસેથી બનતાં સુધી બળથી નહીં પરંતુ કળથી કામ લેવું જોઈએ.

૬. બાળકની વાજબી માગણીપર હમેશાં ધ્યાન આપવું.

૭. બાળકને કોઈ ચીજ અપાવવાનું કહ્યું હોય તો તે ચીજ તેને વખતસર લાવી આપવી.

૮. હરકોઈ મીજબાન પાસે બાળક કાંઈ માગે નહીં તેમ મીજબાન તેને પરભાર્યા કાંઈ પૈસા કે મીઠાઈ વગેરે આપવા માંડે

તો તે પોતાના જીવનની રજા સિવાય લે નહીં તેવી તેને સૂચના આપવી તથા તેવી ટેવ પાડવી.

૯. મા તેમજ આપ, પોતાના સંતાનને હુકમ કરે તેને તુરત તાબે થવાની ટેવ પાડવી જોઈએ, કેમકે એમ થાય એ શિક્ષણનો પહેલો તથા બહુ ઉપયોગી પાઠ છે.

૧૦. બાળકની હરેક પ્રકારે ઉન્નતિ થાય એવો હુમેશ બનતો ચત્ન કરતાં રહેવું એ પણ મામાપનું એક પ્રકારનું નિત્યકર્મ છે.

૧૧. બાળક કોઈપણ જાતનું દુર્વ્યસન કે અપલક્ષણ કરતાં ન શીખે તે માટે મામાપે બનતી કાળજી અને તપાસ રાખતાં રહેવું જોઈએ.

૧૨. બાળક અપશબ્દ (ભૂંડું) બોલે નહીં તેમ હરકોઈની સાથે ગાળાગાળી કે મારામારી કરે નહીં તે માટે મામાપે તેમની ઉપર ઘટતો દાબ રાખવો.

૧૩. બાળકને મામાપ તરફથી જે આજ્ઞા કરવામાં આવે તે પ્રત્યેક વાતનું તેને કારણ કહી બતાવવાની તેમણે જરૂર ધારવી નહીં.

૧૪. બાળક ઘેરથી નીકળીને સીધું પોતાની નિશાળે જાય છે કે કેમ, તેમજ ત્યાંથી છૂટ્યા પછી તે સીધું ઘેર આવ્યું આવે છે કે રસ્તામાં કોઈ જગોએ થોડી ઘણી વાર રોકાઈને પછી ઘેર આવે છે તેમજ માર્ગમાં કોઈની સામે મસ્તી તોપ્રાન કરે છે કે નહીં તે બાબત મામાપે તપાસ રાખતાં રહેવું જોઈએ.

૧૫. કેટલાંક છોકરાં પોતાની પથરપેન, પેન્સિલ, પુસ્તક અથવા નોટબૂક વગેરે લાણવાનું સાહિત્ય ગફલતથી કોઈ વખત ખોઈ નાખે છે અને બીકને લીધે મા અથવા આપને એ વિષે જાહેર

કરતાં નથી અને એવા સાહિત્યને અભાવે તેમના વિદ્યાભ્યાસમાં ખામી આવેછે માટે તેમને પૂરાં પાઠવામાં આવેલ એવાં સાહિત્ય તેમની પાસે છે કે નહીં તે તેમનાં વાલીઓ પ્રસંગે પ્રસંગે તપાસતાં રહેવું જોઈએ.

૧૬. બાળક બીજા કોઈની ચોપડી વગેરે માગી લાવેલ હોય તે તેના માલિકને એણે વાચદાસર પાછી આપી કે નહીં એ વિષે માખાપે તપાસ કરવી જોઈએ.

૧૭. બાળક ઘેર જે જગોએ પોતાનો વિદ્યાભ્યાસ કરતું હોય ત્યાં તે સાંભળે તેવી રીતે કોઈ કાંઈ વાતો કે ઘોઘાંટ કરે નહીં તેવો માખાપે બદ્દાબસ્ત રાખતાં રહેવું જોઈએ, કે જેથી એ બાળકનું ધ્યાન તે તરફ ખેંચાય નહીં.

૧૮. બાળકને હુમેશ માનથી બોલાવવું જોઈએ.

૧૯. પોતાના સંતાન પાસેથી ભવિષ્યમાં જેવાં ઉચ્ચ વર્ત્તનની માખાપ ઉમેદ રાખતાં હોય તે પ્રમાણે તેમણે પોતાના વડીલો સાથે સદા વર્ત્તવું જોઈએ.

૨૦. બાળકને જેમ દુર્ગુણ વગેરેથી દૂર રાખવાની માખાપે કાળજી રાખવી જોઈએ, તેજ મુજબ દરેક પ્રકારના 'દુર્ગુણ' પ્રત્યે તેને અભાવ ઉત્પન્ન થાય તે માટે બનતી તજવીજ કર્યા કરવી જોઈએ.

૨૧. અવનિમાં કેટલીક ચીજ અહોનિશ યાદ રાખવા સરખી, કેટલીક વિસરી જવા જેવી તેમજ કેટલીક “ આંખ આડા કાન કરવા ” સરખી હોયછે તેવું માખાપે સદા સ્મરણમાં રાખી તેને અનુસરીને પોતાની સંતતિ સાથે તેઓએ વર્ત્તવું જોઈએ.



૨૨. જે માબાપથી જો બની શકે તો તેમણે પોતાનાં બાળકને કોઈ બાગમાં પોતાના હાથથી ક્યારા વગેરેનું કામ કરવાનું મળે તેવી તજવીજ કરવી જોઈએ. એવું જ્ઞાન બાળકને લવિષ્યમાં બહુ ઉપયોગી થઈ પડેછે, વળી પ્રથમ તો તેથી ખુદ્દી ને ચોખ્ખી હવામાં કસરત કરવાનું મળેછે, અવલોકન શક્તિ ખીલેછે, કુદરત સાથે નિકટનો સંબંધ થતાં સૃષ્ટિ સૌંદર્ય નિહાળવાની મઝા પડેછે, મગજની ખીલવટ થાયછે, ચિત્રવિચિત્ર રંગના પક્ષીઓ, ભૂદ્દી ભૂદ્દી જાતનાં ઝાડપાન, છોડ, વેલા અને પુષ્પ વગેરે જોઈને તેમને ઘણોજ આનંદ પ્રાપ્ત થાયછે.

## માબાપે શું નહીં કરવું ?

૧. પવન પુકાતો હોય તેવા પવનમાં કે બહુ ઠંડા વાતાવરણમાં નાના બચ્ચાને ઉઘાડું કદી રાખવું નહીં તેમજ સૂર્યાસ્ત પછી તેને બનતાં સુધી ઘરની બહાર કાઢવું નહીં. બાળકના કાનપર પવનનો અપાટો આવે તેમ હોય તો તે કપડાંથી ઢાંકેલા રાખવા જોઈએ.

૨. નાનકડા બચ્ચાને તેની પીઠ પાછળ અડીંગણ આપ્યા વગર ઝાઝી વાર સુધી જોસાડી રાખવું નહીં, કેમકે એમ કર્યાથી તેને ખુંધ નીકળવાનો સંભવ છે.

૩. બચ્ચાને તેનો હાથ પકડીને ખેંચવું નહીં.

૪. લાડમાં કે ગુસ્સામાં બાળકના ગાલ તાણવા નહીં કે તેના માથાપર થપાટ કદી મારવી નહીં.

૫. બાળકના કાન કઠી ખેંચશો નહીં, તેમ તેની ઉપર લપ-ડાક મારશો નહીં, કેમકે એમ કર્યાથી તે બાપડું કોઈ વખત જીંદગી પર્યંત બહેરું થઈ જવાનો સંભવ છે.

૬. કોઈવાર જરૂર જણાય તો નાનકડા બચ્ચાને માથે હાથમાં રાખીને હીલોડાં આપવાં, પરંતુ તે બાળુ ‘કુટબાલ’ હોય તેમ તેને દડાની માફક ઉંચે ઉછાળીને ઝીલવું નહીં, કેમકે તેથી તેના મગજ અને બીજા નાન્યુક અવયવને આંચકો લાગેછે તથા તેને પરિણામે એવા બાળકને કોઈ વ્યાધિ થઈ આવવાનો સંભવ છે.

૭. દીવાસળી અને એવો બીજો કોઈ તુરત સળગી ઉઠે તેવો કે ઝેરી પદાર્થ માખાપની બાજુ બહાર નાના બચ્ચાના હાથમાં આવી જાય તેવી રીતે છૂટો મૂકવો નહીં, કેમકે એથી કોઈવાર તેની જીંદગી જોખમમાં આવી પડવાનો સંભવ છે, એ સિવાય તે ફાટો ઢાંજે એવી ચીજ તેને હાથ આવે તેવી જગોએ મૂકવી નહીં જોઈએ.

૮. બાળકના વાળ બહુ લાંબા વધેલા રાખશો નહીં, તેમ તેને માથે ખાસ કારણ વિના કઠી મુઠો કરાવશો નહીં.

૯. “કાનકા મેલ” કાઢવાવાળા ફેરીઆ વગેરે પાસે બાળકના કાનનો મેલ કઠી પણ કઢાવવો નહીં, તેમ કાનખોતરણી, પેન, કલમ, હોલ્ડર અથવા એવી બીજી કડણ ચીજ તેમાંથી મેલ કાઢવા કરવા સાફ કાનમાં નાખવા દેવી નહીં. મેલ વગેરેની બાબતમાં કોઈ અડચણ સરખું જણાતું હોય તો તે વિષે દાકતરની સલાહ લેવી.

૧૦. દાંતખોતરણી વગેરેથી બાળકને તેના દાંતની ખણખોદ કરવા દેવી નહીં. જમ્યા પછી દાંત સાફ કરવાતું કામ પાણીના કોગળા કરવાથી સારી રીતે થાયછે.

૧૧. બાળક તોતડું બોલતું હોય તો તેની સાથે મામાપે પણ તોતડું બોલવું નહીં, પણ તે બાળક શુદ્ધ ઉચ્ચારથી બોલે તે માટે બનતી કોશીશ કરવી.

૧૨. બોલવામાં બાળકની જીભ ઝલાતી હોય અથવા તે બીજી કાંઈ શારીરિક બોડખાંપણવાળું હોય તો તે બાળક તેને કદીપણ ચીડવવું નહીં તેમજ તે માટે તેની કશી ચેષ્ટા કરવી નહીં.

૧૩. બાળકને લાડમાં કે બીજી રીતે અશુદ્ધ બોલવામાં અથવા કોઈપણ પ્રકારનું અપલક્ષણ કરવામાં ઉત્તેજન આપવું નહીં.

૧૪. બાળકથી પોતાની બેવકૂફી જણાય તેવું કોઈ કામ થઈ જાય તો તેને માટે હસી પડવું નહીં, અથવા તેના તિરસ્કાર કરવો નહીં, કેમકે તેમ કરવાથી એ બિચારૂં અંખવાણું પડી જશે અથવા વખતે રડી પડશે.

૧૫. બાળકની કોઈપણ પ્રકારે લાગણી દુખાવવાથી બનતાં સુધી દૂર રહેવું. કોઈના પણ આત્માને દુલવવો એમાં જોખમ છે, તેમજ એ એક પ્રકારની હિંસા પણ છે.

૧૬. બાળકને આ કદી પાવો નહીં, કેમકે તે તેમને માટે એરૂપ છે. બીજા કોઈ માદક પદાર્થ પણ આપવો નહીં.

૧૭. બાળકને દૂધ, દહીં, અને ગોળ વગેરે પૌષ્ટિક ચીજો તેને પચે ને માપક આવે તે પ્રમાણે મળ્યા કરે તથા શારીરિક કસરત કરવાનો અભ્યાસ રાખે તો તેથી તેના શરીરને મજબૂતી મળવાનો સંભવ છે. અને એવી મજબૂતી તે મોટું થયે પણ ઘણું કરીને કાયમ રહેશે.

૧૮. બાળકને રંગ નાખેલી મીઠાઈ ખવરાવવી નહીં, કેમકે એવા કેટલીક જાતના રંગમાં ઝેરનો ભાગ હોવાનો સંભવ છે.

૧૯. બાળકને ગમત વગેરેની ખાતર કદી પણ ચીવડવું નહીં કેમકે તેથી તેના સ્વભાવ ઉપર માઠી અસર થાયછે.

૨૦. બરાબર ખાતરી કર્યા વિના બાળકપર નકામો દોષ મૂકવો નહીં તેમજ બનતાં સુધી તેને ઉઘાડું પાડવું નહીં.

૨૧. છોકરાંને તેમના દોષો વખતોવખત કદી સંભળાવશો નહીં, કેમકે તેમ કુર્યાથી પછી તેમનો શરમનો પડદો તૂટી જાયછે, અને તેમના વાંક તેમની સાનિધ્ય પરાયાની પાસે કહેશે નહીં કેમકે તેથી તેમની લાગણી ઘણી દુખાયા વિના રહેતી નથી.

૨૨. બાળકને ચોટ્ટા, જૂઠા, અથવા લખાટ વગેરે વિશેષણ લગાડીને બોલાવશો નહીં.

૨૩. બાળકને નકામી ધમકી દેવી નહીં કે ખોટી ખીક બતાવવી નહીં.

૨૪. તમે ઘણા હોશિયાર છો અથવા તમે અક્કલહીણ છો અને બીજા છોકરાં તમારા કરતાં કેવાં સારાં છે એમ બાળકને કદી કહેવું નહીં.

૨૫. જે કામ ખોટું હોય તે બાળકની પાસે કદી કરાવવું નહીં.

૨૬. બાળકના સાંભળતાં કોઈ ગુપ્ત રાખવા સરખી વાત બોલવી નહીં, અને તેના દેખતાં છાનું રાખવા સરખું કાંઈપણ કૃત્ય કરવું નહીં.

૨૭. બાળકને કોઈના આળા પાડતાં શીખવવું નહીં.

૨૮. બાળકને આપવાની ના પાડી હોય તે ચીજ હઠ કરીને તે માગે તો પણ તે તેને આપવી નહીં, અને તેમ કરવાથી તે રડે કે કળઓ કરે તો તેની કશી દરકાર રાખવી નહીં.

૨૯. નાનું બાળક બીજાની વસ્તુ લેવાને ઘણી વેળા ઇચ્છે પરંતુ તેમ કરવાનું તેને ઉત્તેજન આપવું નહીં.

૩૦. બાળકના હૃદ બહારના શોખ પુરા પાડવા નહીં તેમ કોઈની પાસેથી કાંઈ ઉઠીતું કે ઉધાર લેવાની તેને દેવ પડવા દેવી નહીં.

૩૧. બાળકને કાંઈ ઇનામ દેવાનું વચન આપવામાં ઉતાવળા થવું નહીં, અને વચન આપ્યા પછી તે પ્રમાણેના ચીજ તેને વેળા-સર આપવામાં વિલંબ કરવા નહીં, કેમકે નહીં તો છોકરાં તે ખાલી ઉડાવણી સમજશે.

૩૨. ઘરમાંની કોઈ બીજા બાળકને ખાવા આપવા સરખી ન હોય તે ચીજ બનતા સુધી તેને બતાવવી નહીં.

૩૩. છોકરાંને વધારે પડતી છૂટ આપવી નહીં તેમ તેમની ઉપર બહુ સખ્યાઈ પણ કરવી નહીં, કેમકે બહુ છૂટથી તે નિરંકુશ થઈ જાય છે તેમ હૃદથી વિશેષ સખતાઈથી સાડું બાળક પણ બગડી જાય છે.

૩૪. યોગ્ય પ્રસંગે સહેજ પ્રશંસા કરવાથી બાળક પોતાના કામમાં વધારે ઉત્સાહી થાય છે પરંતુ વિશેષ પડતા વખાણથી ગર્વિષ્ટ

બની બયછે, માટે “વખાણી ખીચડી ઘાંતે વળગે” તેવું થવા દેવું નહીં.

૩૫. તમારા બાળકના ઘણાં માણસો વખાણુ કરે એવી વડી સખશો નહીં, તેમજ મંડળીમાં તમારા બાળક તરફ ખીબબોની ખાસ નજર ખેંચાય તેવું તેને લલકાદાર બનાવવાની તજવીજ કરશો નહીં.

૩૬. પોતાના બાળક વિષે કોઈ કાંઈ પ્રશ્નિાદ લાવે ત્યારે તે વિષે જોઈતી તપાસ ન કરતાં તેનો કાંઈ વાંક નથી એમ કહીને તે ફરિયાદ કરવા આવનાર સાથે મા કે બાપે લડવું નહીં, મતલબ પોતાના ફરજદનો કાંઈ પણ વાંક નથી એવી ખાતરી થયા સિવાય તેની ખોટી હિમાયત કરવી એ નુકસાનકારક છે.

૩૭. પોતાનું બાળક ખીબની કાંઈ ફરિયાદ કરે ત્યારે પણ વગર તપાસે તે સામા માણસની સાથે એ માટે વઢવું નહીં, કે તેને કાંઈ ઠપકો આપવો નહીં, અર્થાત્ વગર ખાતરીએ પોતાના બાળકનો ખોટો પક્ષ કરવો એ ગેરવાજખી છે.

૩૮. બાળક ખીબ કોઈની ચાડીચુગલી કરે તેને કદી ઉત્તેજન આપવું નહીં.

૩૯. બાળક પોતાના શિક્ષકના સંબંધમાં કાંઈ રાવ કરે તો તે બાબતની ખાતરી ક્યાં સિવાય તે શિક્ષકને કાંઈ પણ ઠપકો આપવાનું દુરસ્ત ધારવું નહીં.

૪૦. બાળકે બહુ વખાણવા લાયક કામ કર્યું હોય, ત્યારે તેને સંતોષવા માટે કાંઈ સારી ચીજ તેને ખાવા, પીવા કે ખેલવા

સાડૂ દેવી એ ઠીક છે, પરંતુ તે જ્યારે ચીડાયું હોય ત્યારે તેને કાંઈ મનગમતી ચીજ આપીને મનાવવાની તજવીજ કરવી એ ઇચ્છવા યોગ્ય નથી.

૪૧. થોડો ઘણો પણ વિશ્વાસ રાખ્યા વગર જગત્માં વ્યાવહાર ચાલી શકતો નથી, પરંતુ બાળક ઉપર મૂકેલા વિશ્વાસનો તે દુરુપયોગ કરે નહીં તે સંબંધમાં દુર્લક્ષ કરવું જોઈતું નથી, કેમકે કોઈનો પણ અતિ વિશ્વાસ કરવો એ અનિષ્ટ છે.

૪૨. બાળક સાથે ખાસ કારણ સિવાય વાદવિવાદ કે દલીલ કરવાનું દુરસ્ત ધારવું, અને તેની સાથે વાતચીત કરતાં અચોક્કસ અર્થવાણી તેમજ દ્વિઅર્થી ભાષા વાપરવી નહીં.

૪૩. બાળક કળઓ કરી ખૂબ રડતું હોય ત્યારે તેને એકદમ મુંગું રાખવાનો યત્ન કરવો નહીં, કેમકે એમ કર્યાથી તો તે ઉલટું વધારે રડવા લાગશે.

૪૪. અજ્ઞાન બાળકની ભૂલચૂક જોઈને માખાપે આકુળા ઉતાવળા થઈ જવું નહીં, અને તે માટે તેની ઉપર પસ્તાળ પાડવા લાગવું નહીં. એવે પ્રસંગે તેઓએ યાદ કરવું કે પોતે પણ નાનપણમાં એવી અથવા એવા પ્રકારની કે એને મળતી ભૂલ કે કસુર કરી હશે અથવા એવી સામાન્ય ભૂલો દુનિયામાં બાળકો કરતાં આવેછે, અને તમારે બાળકે તેમાં કાંઈ નવાઈ કરી નથી. બાળક અમુક પ્રકારની ભૂલ કરે તો ખામોશ રાખી તેને જો સમજાવવામાં આવશે તો તે સમજી જશે અને પ્રરીથી એવી ભૂલ ઘણું કરીને તે નહીં કરે એવો સંભવ રહેશે.

૪૫. બાળકને સર્વદા મા અથવા બાપે પોતાની નજર તળેજ રાખવું અને કોઈ વખત પણ બહાર એકલું જવા ન દેવું એમ કરવું નહીં, કેમકે તેમ કાર્યાથી તે હિંમતવાળું, નીડર મજબુત મનનું, સાહસિક અને શરીરે સુદૃઢ થઈ શકવાનો સંભવ રહેશે નહીં તેમજ તેની માનસિક વૃત્તિઓ પણ બરાબર ખીલશે નહીં.

૪૬. માખાપ જો પોતાના બાળક માટે સારી પેઠે પૈસો મુકી જવાના હોય તે વિષે તેઓએ તેને અગાઉથી કહેવું નહીં જોઈએ.

૪૭. માખાપે હમેશાં એવું ધારવું નહીં કે બીજાનું બાળક પોતાના બાળકને અગાડશે અને પોતાનું બાળક બીજાના બાળકને નહીં અગાડે.

૪૮. છોકરાંઓને નિશાળે મોકલવાં તથા તેમને ભણવાનાં સાધનો પૂરાં પાડવાં એટલાંથીજ તેમના પ્રત્યેની, કેળવણી આપવાની ફરજ પૂરી થાયછે એમ માખાપે કદી ધારવું નહીં જોઈએ. તેઓ નિશાળે જઈને શું શીખેછે અને શું શીખતાં નથી, તે વિષે તેમના શિક્ષકને મળીને વાકેફ થવું જોઈએ, મતલબ તેમને જોઈતી કેળવણી સારી રીતે મળે તેવી દરેક તજવીજ કરવી એ તેમની મુખ્ય અને ખાસ ફરજ છે.

૪૯. નિશાળે જતાં બાળકને માટે હમેશાં વેળાસર જમવાનું તૈયાર હોય એમ કરવું જોઈએ, કે જેથી તેમને ત્યાં જતાં મોડું થાય નહીં, અથવા જમ્યા વગર નિશાળે ભુખ્યું જવાપણું રહે નહીં. જમવાનું નિશાળે જવાના વખતેજ તૈયાર થાય તે પણ ઠીક નથી કેમકે એથી નિરાંતે જમવાનો બાળકને અવકાશ ન રહેવાથી લુસલુસ ખાઈ લેવું પડે, અને જમ્યા પછી ઘેર પા અડધી



કલાક પણ આશાએસ લેવાનો વખત રહે નહીં, અને છેલ્લે કોગળે નિશાળ તરફ દોટ મુકવી પડે.

૫૦. લગ્ન કે એવા બીજા પ્રસંગે, બહારથી કોઈ મહેમાન આવ્યા હોય તેમજ બીજા સહજ કારણને લેઈને કેટલાંક માબાપ પોતાના બાળકને નિશાળે ન મોકલતાં ઘેર રોકે છે પરંતુ તેમ કાર્યથી એમના વિદ્યાભ્યાસમાં ખામી આવે છે, અને તે પ્રમાણે જો નિશાળમાં તેમની વધારે મુદતની ગેરહાજરી થાય તો તેઓ ત્યાં ભણવામાં પાછળના પાછળ રહી જાય છે, માટે અનિવાર્ય કારણ વિના તેમને નિશાળમાં ગેરહાજર રાખવાં નહીં.

૫૧. જો બાપ, મા, મોટી વયનો ભાઈ કે બેન, બાળકને તેના વિદ્યાભ્યાસમાં ઘેર મદદ આપી શકે તેમ હોય તો તે પ્રમાણે વખતોવખત આપવી. જો ખાસ કારણને લેઈને કોઈ અમુક વિષયને માટે ઘેર ખાનગી શિક્ષક રાખવાની કોઈને કદાપિ જરૂર જેવું હોય તો કોઈ લાયક અને શિષ્ય પ્રત્યેની લાગણીવાળા શિક્ષકને અમુક ટુંક મુદત સુધી રોકવો એ બુદ્ધિ વાત છે, પરંતુ હમેશને માટે એવા ખાનગી શિક્ષકને રોકવા એ કોઈ રીતે સલાહકારક નથી, કેમકે એમ કરવાથી બાળકને ખુદ પોતાની બુદ્ધિથી વિદ્યાભ્યાસને અંગે સ્વતંત્રપણે કોશીશ કરવાની તક બહુ ઓછી મળે છે તથા તેને પરિણામે એવા બાળકની વિચારશક્તિ મંદ થાય છે તથા તેઓ સ્વાશ્રયથી પોતાનું એવું કામ સારી રીતે કરી શકતાં નથી, પરંતુ બીજાને આધારે પડેલા થાય છે. વળી ભાડુતી શિક્ષકોનો કેટલોએક

ભાગ જોઇએ તેવી લાયકાતવાળો જોવામાં આવતા નથી. તેઓ લણુ-  
વવાને માટે નીમલો વખત દરરોજ પૂરો થવાની, તેમજ પહેલી  
તારીખ ક્યારે આવે કે પોતે જટ પગાર લેજો થાય તેની રાહ  
જોતો જણાય છે.



